

العدد
٢٧٤
بلبل
أخبار اليوم
bolbol
مجلة الأبطال
كل عام و أنتم بخير
داخل العدد :
كتاب تلوين العيد
أحلام بس بس



التليفزيون الحديث



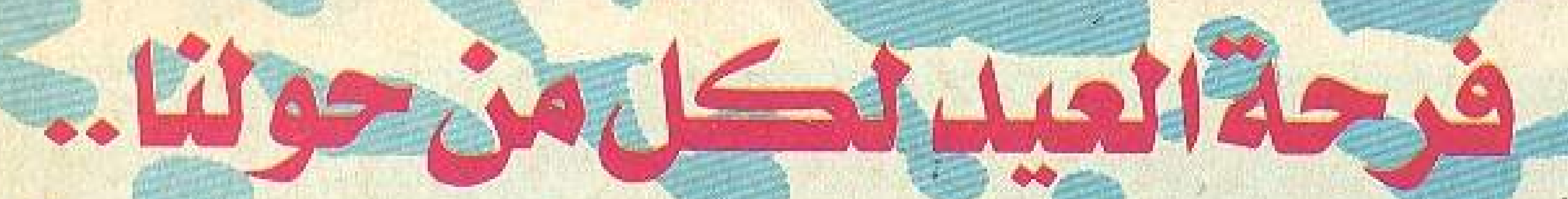




مركز التليفزيون الحديث

؟

كلمة العدد



عيد الفطر المبارك هو فرحة لكل من صام أيام رمضان وأقام الصلاة فى كل لياليه .. هو فرحة لكل من إجتهد وتعب طوال أيام الشهر الكريم فكان واجباً أن يفرح بأول أيام شهر شوال المبارك .. وفى عيد الفطر يفرح الجميع .. الكبير والصغير .. فالفرحة تعم الجميع لأنهم صاموا شهراً كاملاً وأعرضوا عن كل ما نهى الله عنه وجعلوا أيام ذلك الشهر مختلفة عن كل أيام السنة ..

عليك فى هذا العيد أن تجعل أيامه مختلفة عن أيام الأعياد السابقة .. فما رأيك أن تجعل للفقراء والمحتاجين والأيتام نصيباً من فرحتك .. هدية بسيطة منك يمكن أن تدخل السعادة والبهجة إلى قلب يتيم .. كلمة معايدة رقيقة يمكن أن تدخل السعادة والفرحة إلى قلب شيخ عجوز إنقطع عنه أهله ومعارفه .. إبحث عن كل من تعتقد أنه يحتاج إلى السعادة - ولو للحظات بسيطة - فى أيام عيد الفطر المبارك .. ستجد الكثيرين من حولك يحتاجون إليك .. إقتطع جزءاً يسيراً من وقتك وأدخل على قلوبهم البهجة فى هذه الأيام المباركة .. لو فعلت ذلك ستجد أن فرحتك وسعادتك بأيام العيد ستكون مضاعفة .. فقط جرب هذا الاقتراح وسوف تشعر أن أيام هذا العيد ستكون مختلفة عن أيام الأعياد السابقة .. لمسة حنانك على كتف يتيم صغير لها أكبر الأثر فى نفسه لأنها تقول له أنك لست وحدك فى هذه الدنيا .. بل هناك آخرون يشعرون بك ويحبونك ويحيطون بك لتغمر السعادة والبهجة نفوس الجميع .. وكل عام وأنتم بخير

مؤنس زهيرى

بلبل
bolbol
مجلة الأبطال

مجلة الجيل الجديد
تصدر اسبوعية كل سبت عن
دار



رئيس مجلس الإدارة
إبراهيم سعده

رئيس التحرير
مؤنس زهيرى

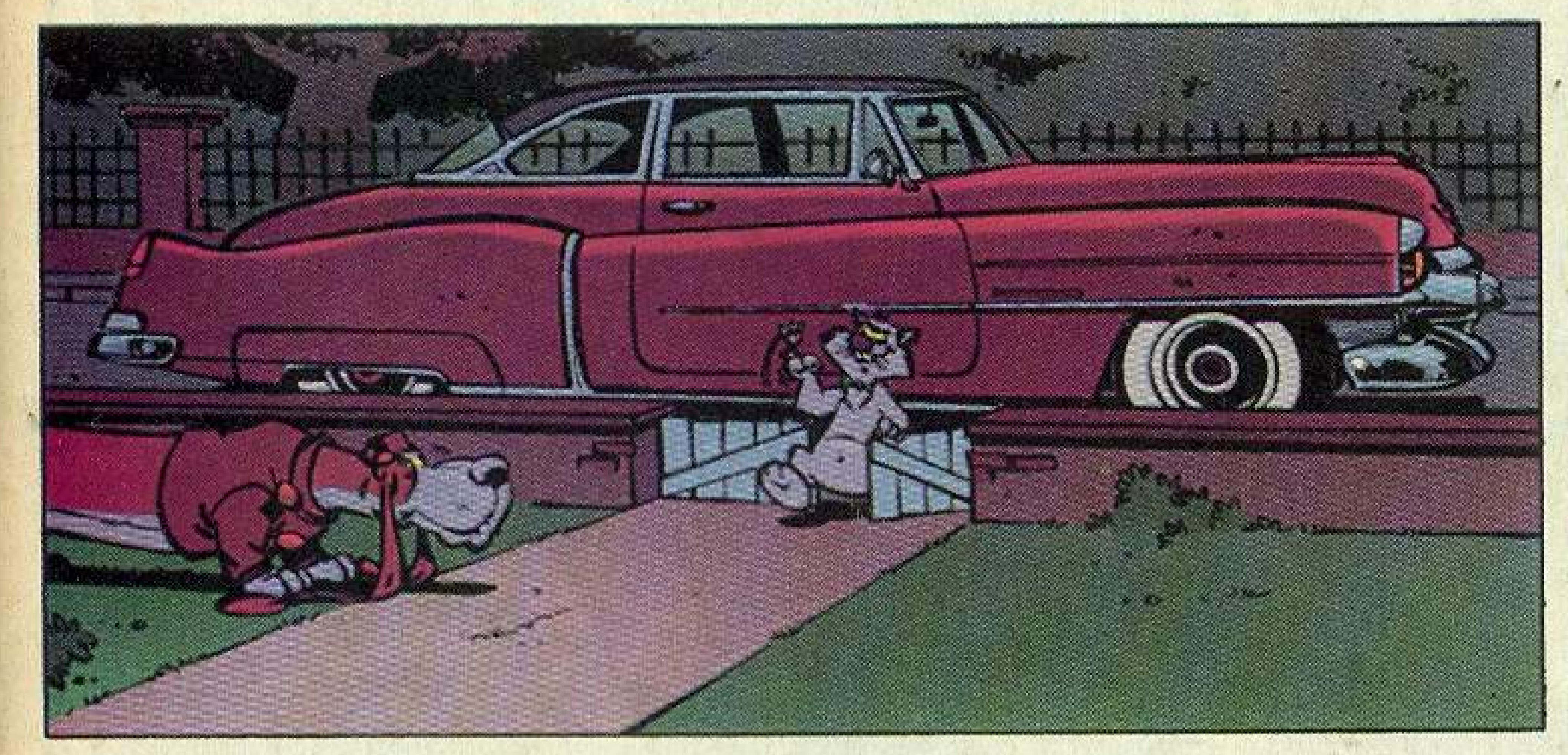
عنوان مجلة بلبل ٦ شارع الصحافة
مبني دار أخبار اليوم - القاهرة
تليفون:
٥٧٨٢٨٠٠/٥٧٨٢٦٠٠/٥٧٨٢٥٠٠
عنوان بلبل علي الانترنت:
www.akhbarelyom.
org.eg/bolbol
عنوان البريد الالكترونى
www.akhbar@
akhbarelyom.org

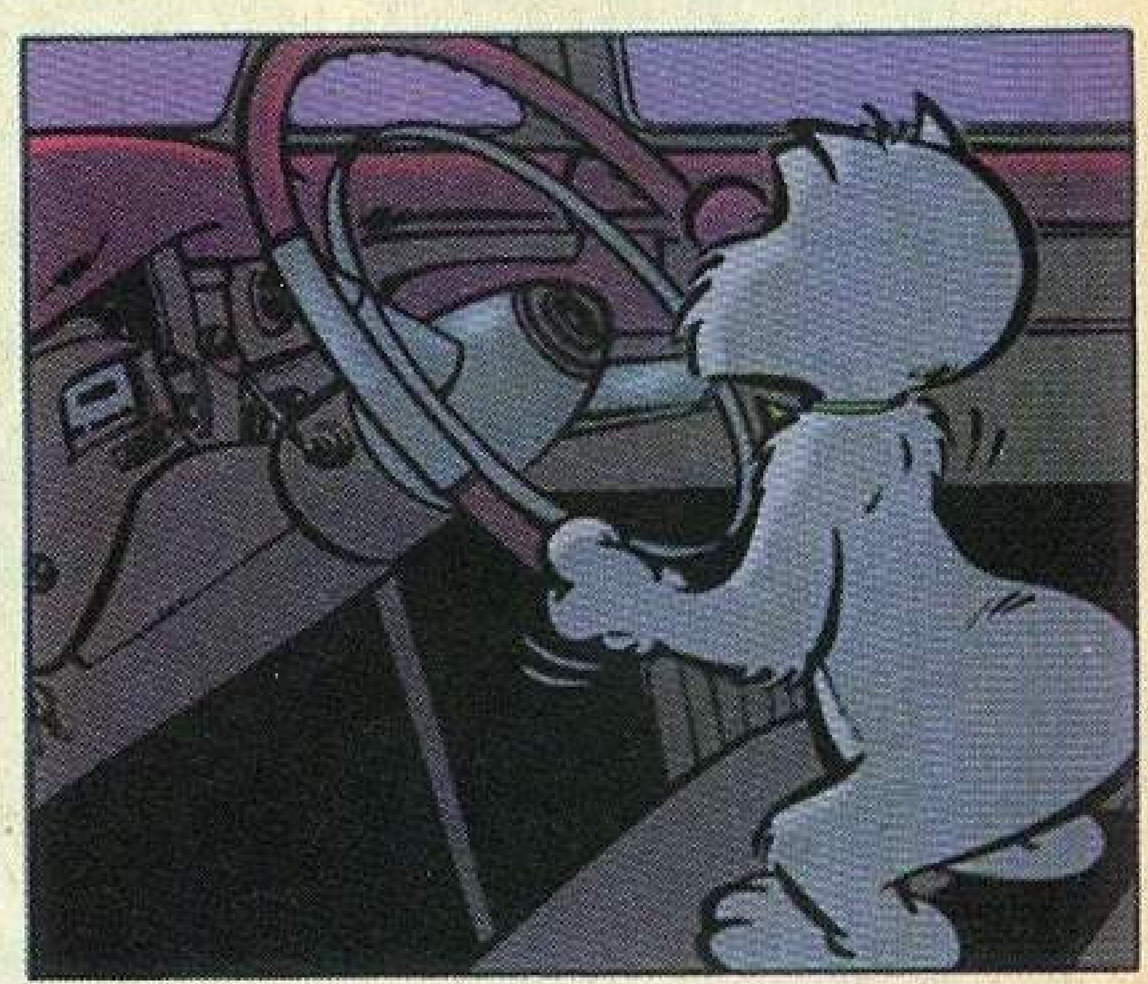
سعر النسخة
مصر ١٥٠ قرش
سوريا ٢٥ ل.س.
لبنان ١٠٠٠ ل.ل الأردن ٧٠٠
فلس الكويت ٤٠٠ فلس
السعودية ٤ ريال تونس ١
دينار المغرب ١٠ درهم
البحرين ٤٠٠, ٠ دينار قطر ٤
ريالات الإمارات ٤ دراهم
سلطنة عمان ٤٠٠, ٠ ريالات
الجمهورية اليمنية ١٠٠ ريال
فلسطين والضفة ٦٠ سنت
المملكة المتحدة ٧٥ بنس جلك
إيطاليا ٥٠٠٠ ليرة السودان
١٥٠ دينار اليونان ٤٠٠ درخمة
أمريكا ٤ دولارات
تركيا مليون ونصف ليرة
العراق ١٥٠٠ دينار عراقى

الاشتراكات السنوية
داخل مصر ٧٨ جنيها مصريا
الدول العربية ٦٨ دولارا
أمريكا دول أوروبا واتحاد
البريد الافريقى ١٠٦ دولارا
أمريكيا الولايات المتحدة
وكندا ١٣٤ دولارا أمريكيا
اليابان واستراليا ودول أمريكا
الجنوبية ١٩٧ دولارا أمريكيا

السداد نقداً أو بشيك
لأمر «أخبار اليوم»
٣ (أ) شارع الصحافة القاهرة
جمهورية مصر العربية









دينج
دونج



أووه!.. السيد نينو!.. أهلا وسهلا.. تفضل..



أهلا بك ياسيدتى.. اسمحى لى أن أعبر لك عن شكرى وامتنانى العميق بحسن ضيافتك لى..



شكرا لك.. تفضل فالقط صغير فى إنتظارك.. إنه سينزل حالا لإستقبالك..


سيد نينو!


أهلا بك ياسيد نينو!.. لقد أوحشتنى كثيرا!..


عندى حكايات كثيرة سوف أحكيها لك ولكن الآن قل لى إلى أين نذهب؟.. أنا أريد أن أذهب للأماكن التى كنا نذهب إليها زمان!..


من فضلك لا تتأخرا فى العودة للمنزل ياسيد نينو فأنا أخشى أن تعود تيتى إلى المنزل قبل عودة بس بس فأنت تعلم أنها تقلق عليه كثيرا..
لن نتأخر ياسيدتى


أوووه!.. السيارة الكاديلاك هنا أيضا!
طبعا، فأنا لا أتنقل إلا بها..



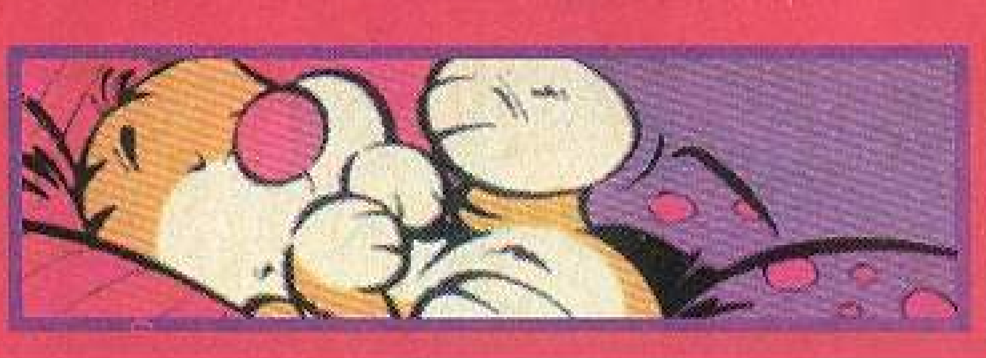

على مهلك يازنفل فهذا باب سيارة وليس باب ثلاجة!


م.. من فضلك يامعروف لا تنسى أن تحضر لى معك شيئا من بواقى طعام المطاعم!..





مغامرات
بس بس







إلى أين سنذهب أولاً ياسيد نينو؟.. إلى مطعم جرومایر كالعادة؟



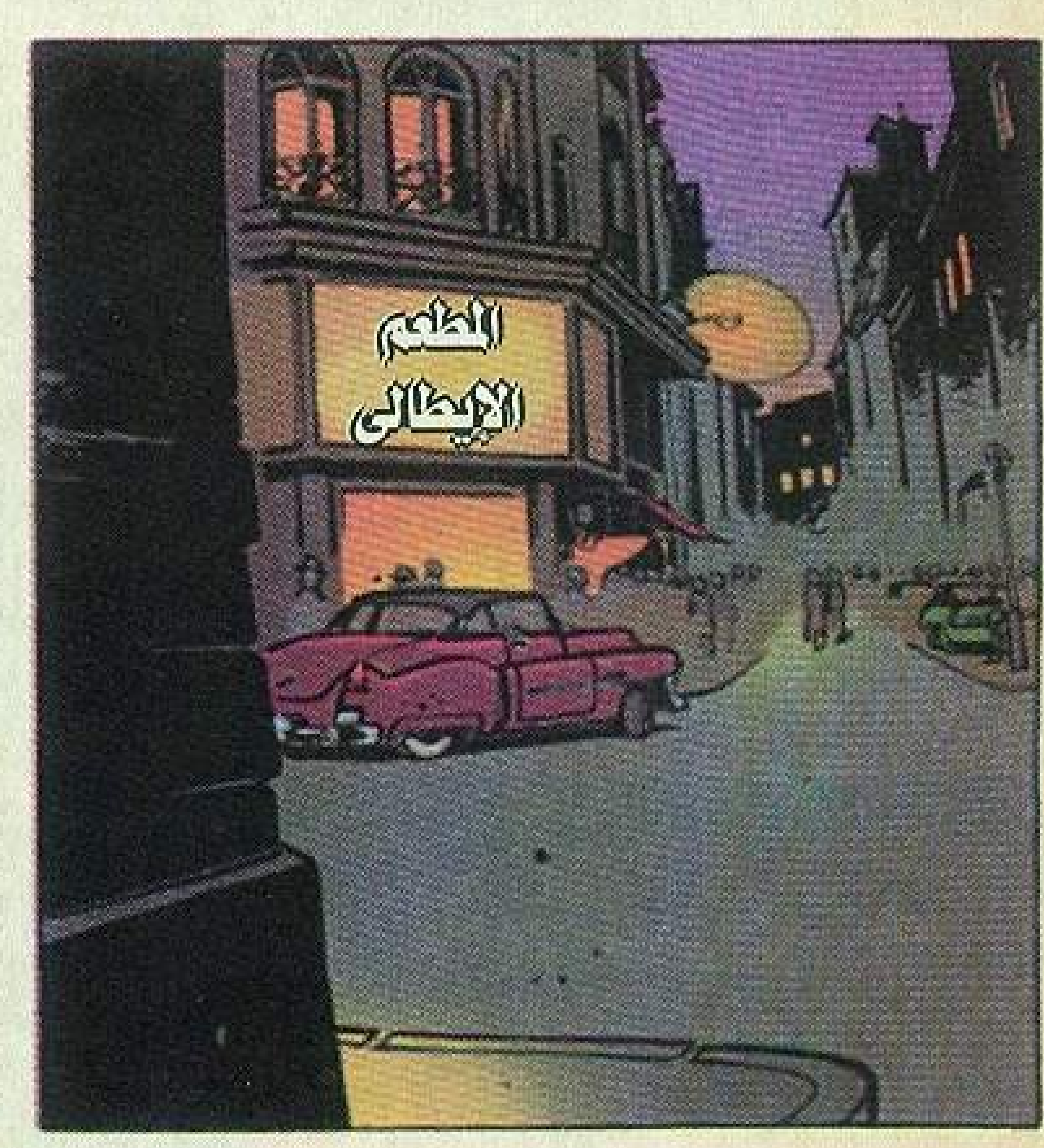
لا، يوجد تعديل فى برنامج اليوم.. أصبر فتوجد مفاجأة لك..



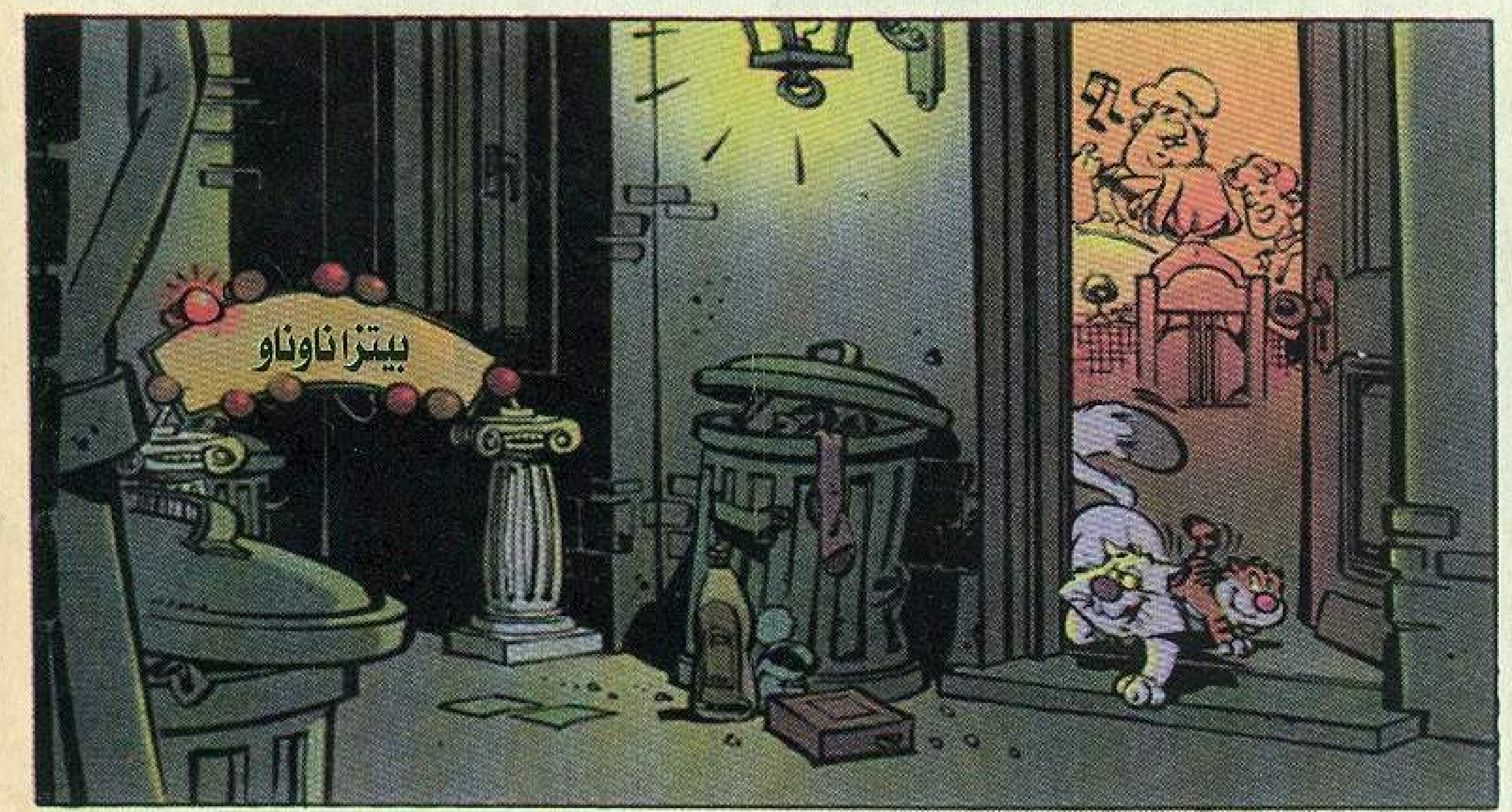
لقد وصلنا.. يسعدنى أن أخبرك بأن سنتناول الطعام اليوم فى مطعم ناوناو..
حقا؟.. يالها من مفاجأة جميلة!..



لقد حضر ناو ناو من إيطاليا منذ شهر تقريبا وافتتح مطعمه فى الفناء الخلفى للمطعم الإيطالى..
عظيم!.. هذا معناه أننا سنتناول ألذ فطائر البيتزا الإيطالية!



المطعم الإيطالى



بيتزا ناوناو



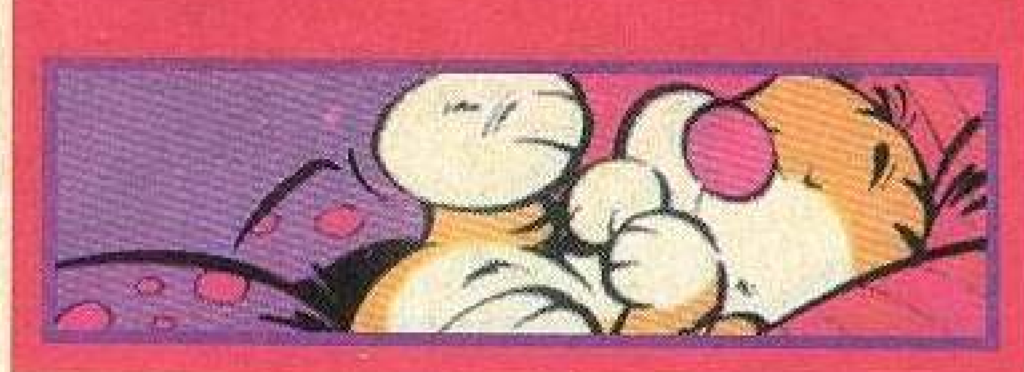
بس بس.. مرحبا بك ياصديقى العزيز



سأجهز لك فطيرة بيتزا كبيرة بالانشوجة والتونة إحتفالا بتلك المناسبة التى لم تكن لا على البال ولا الخاطر
يووووووبى



مغامرات
بس بس





عالم بس بس



أنا سعيد جدا لأنك تذكرتنى بعد طول غياب ودعوتنى الليلة للخروج معك.. من فضلك ياسيد نينو لا تغب على كثيرا..



فالجلوس وحدى فى المنزل يضايقنى كثيرا ومعظم الوقت يطلب منى أن أجلس فى هدوء!..
مسكين يابس بس!
بصراحة أنا لا أستطيع أن أفهم كيف تتحمل تلك الحياة المملة.. فأنا مثلا أقضى يومى فى التنزه وأجتمع فى العشاء أنا وأصدقائى القطط إما فى مطعم جروماير أو ناتى لمطعم ناو ناو..



المهم أن نجدد برنامج حياتنا اليومى حتى لا نشعر بالملل..



على كل حال الأمر بيدك ولا تنسى أنك ولد تعيش فى جلد قط والقطط تغادر المنازل فى أى وقت تريده!..



أنا سعيد لرؤيتكما وأتمنى أن أراكما قريبا..
طبعا.. شكرا لك والى اللقاء!..



والآن ما رأيك لو ذهبنا لنلقى تحية المساء على كلاب الشوارع الضالة؟
ولكن أليس فى هذا خطورة علينا؟



أبدا!.. إننا سنذهب إليهم فى سجنهم!..



تفضل إقفز يابس بس..



أنت أولا ياسيد نينو..
مستحيييل.. أنت ضيفي..



أنا عندى حل.. نقفز سنويا عندما أعد حتى ثلاثة.. واحد.. إثنان..



هأهأ.. إن شكلهم مضحك جدا من وراء تلك القضبان..
ياخبر!.. إن ع دهم كبير! هل حبسوا كل كلاب الشارع الضالة؟..



هـاااه؟
قطط مزعجة!
برووت.. بروووت



هااو هاوو جررر هاااو هاااو جرر
وااف واااف هـااو جـررر
بررررررر



أعتقد أننا ضايقناهم أكثر مما ينبغى!..
هااو هااو جرررر وااف
والآن هيا بنا فأنا عندى لك مفاجأة كبيرة.



هاااو وااف جـررر هاااو
هل تعرف أن السيرك المتجول جاء إلى المدينة منذ أيام؟
السيرك المتجول؟! حقا؟!..



هااااو هااااو
جرر وااااف
يالها فعلا من مفاجأة كبيرة وجميلة أيضا



ياسلام لو نستطيع أن نتخلص من تلك الكلاب الضالة حتى نستطيع أن نستمتع بوقتنا!..
جرررررر



جررر



إيييك إيييييك إيييك
غير معقول!!!.. السيد رامبو!!!



كيف حالك يابس بس؟.. هل تذكر عندما ساعدتنى فى إطلاق سراحى من السيرك ومساعدتنى فى الوصول إلى موطنى الأصلى فى الغابات؟ بعد أن تركتنى إفتقدت الناس وحبهم لى فعدت من جديد إلى السيرك
هذا من حسن حظى حتى أتمكن من رؤيتك من جديد!.. أنا سعيد جدا لأننى قابلتك اليوم ياسيد رامبو!.



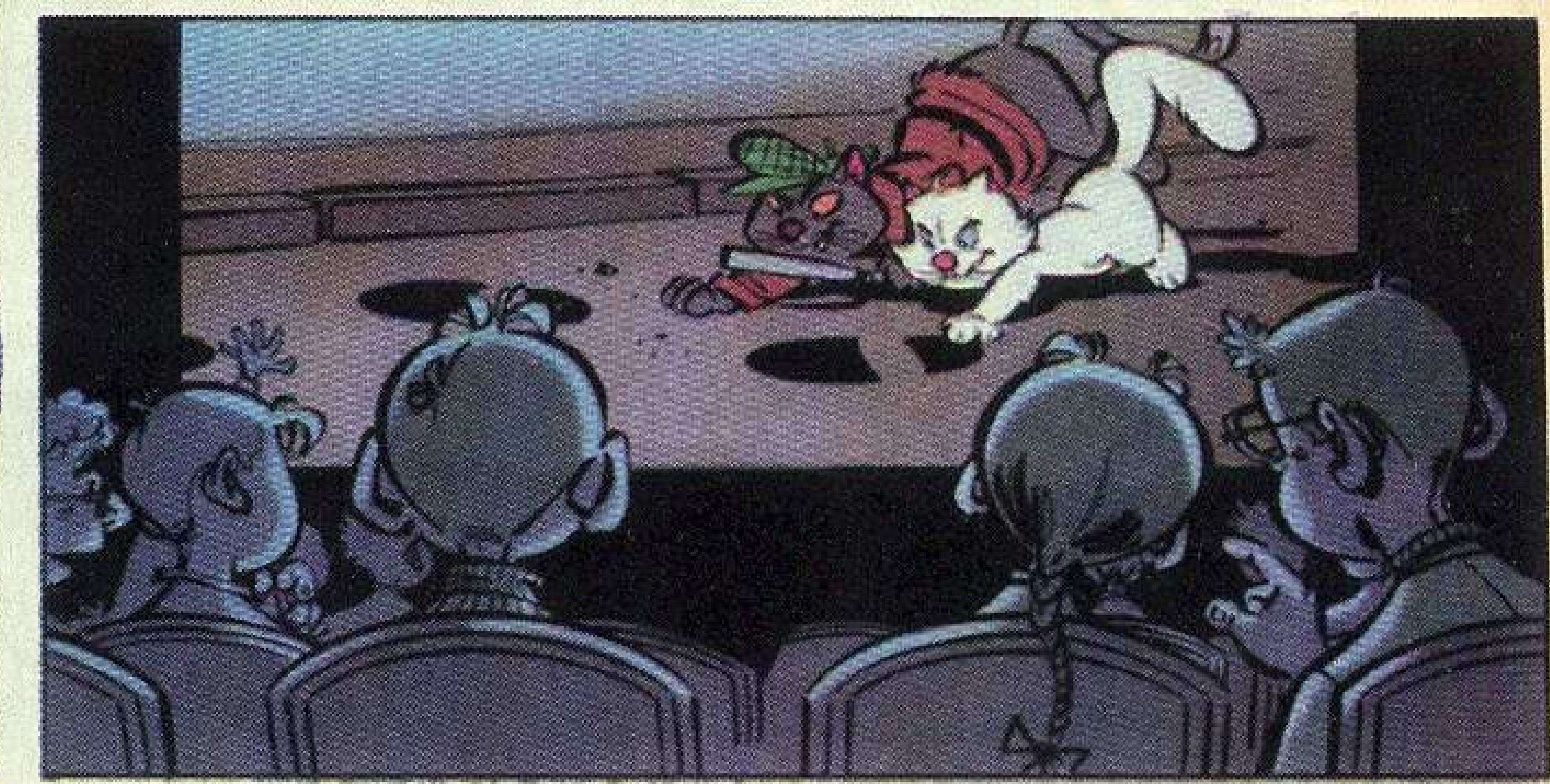
أنظر إلى أفيشات الافلام وستعرف من هنا أيضا..



الانسة شاشا المفتش أبو عدسة
اللص ذو المعطف القصير


اسرع ياسيد نينو فالفيلم على وشك أن يبدأ..






هاهى شاشا ياسيد نينو.. إنها مازالت جميلة !..


يااااه!.. براڤو ياشاشا!.. لا تدعيه يفلت من بين مخالبك!..


اخفض صوتك قليلا يابس بس وإلا طردونا من هنا وحرمونا من متابعة الفيلم!..
سكروتش سكروتش







يالها من ليلة رائعة!.. شكرا لك ياسيد نينو.. أنا فعلا استمتعت جدا بوقتي.. فلنكررها مرة أخرى من فضلك!..
أنا نادرا ما أكون موجوداً هنا بالمدينة فأنا أحب السفر كثيرا..



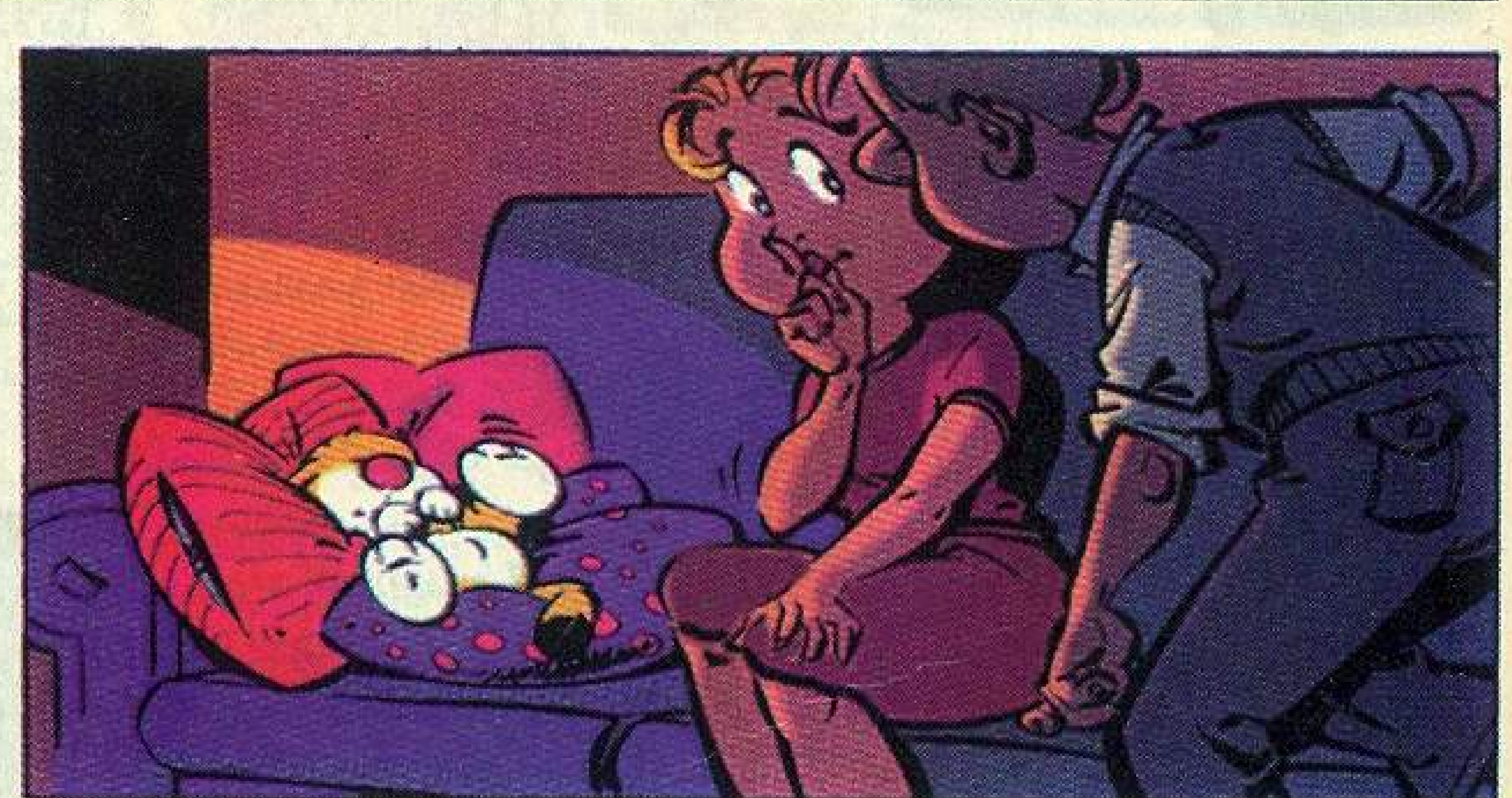
والأمر متروك لك ما رأيك أن تترك المنزل وتعيش معي؟
وأترك بابا وماما وتيتي!.. هذا شيء صعب جدا على ياسيد نينو!.. ألا يوجد حل آخر؟



لا!.. أنا.. أنا آسف يابس بس!.. باى



فرووووووم





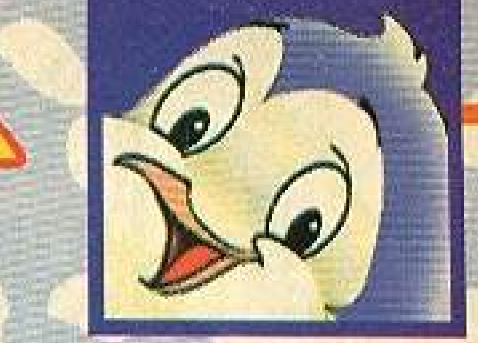
أنظرى إليه ياعزيزتي.. أنه يتحرك وهو نائم.. يبدو أنه يحلم!..



ياترى ما الشيء الذى يمكن أن يحلم به قط؟..



الكلاب، القطط، الفئران، أى شيء يتعلق بعالم القطط!
تمت





جمعية جديدة لرعاية أطفال الشوارع

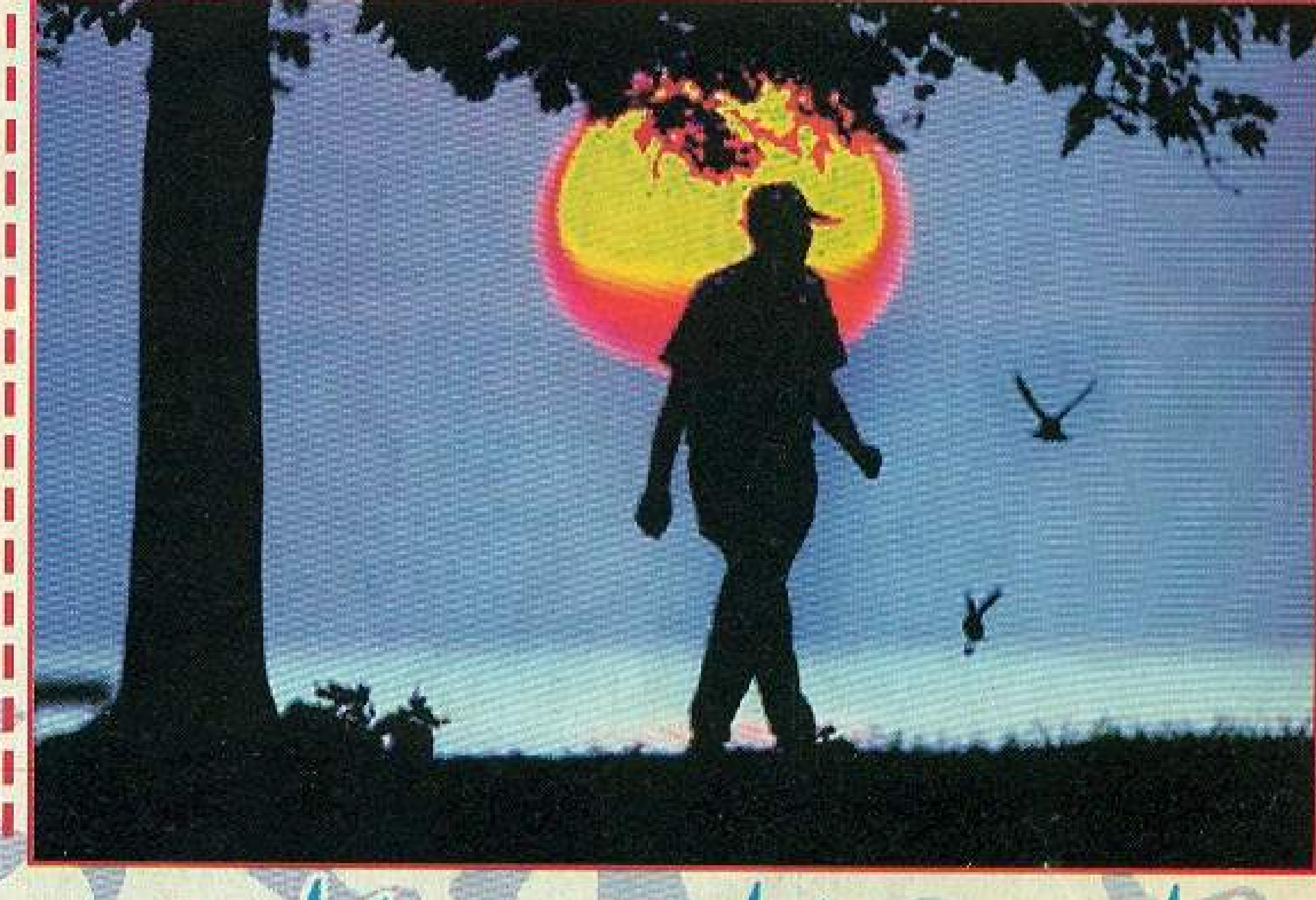
أحدث جمعية أهلية لرعاية أطفال الشوارع تم اشهارها تحت رقم ١٨٨٤ وتحمل اسم الجمعية المصرية لبناء المجتمع، ويرأس مجلس ادارتها لواء شرطة متقاعد عاطف عبدالعظيم هداية. نشاط الجمعية يتركز على التصدى علميا وفكريا وتنظيميا لظاهرة أطفال الشوارع عن طريق تقديم جميع الخدمات الصحية والاقتصادية والنفسية الاجتماعية والتعليمية لهؤلاء الأطفال.. مقر الجمعية شارع فكرى الدالى فيصل. الهرم بالجيزة.

رسائل المحمول بدون اظهار الرقم

ابتدع مستخدمو التليفونات المحمولة الحديثة اسلوبا جديدا يمكن من خلاله بعث رسائل خطية للمحمول الاخر دون الحاجة لمعرفة رقم الهاتف باستخدام تقنية «بلوتوث» اللاسلكية و تقنية «بلوتوث» تكون فعالة فى مدى لا يتعدى عشرة امتار حيث يمكن للهواتف المزودة بهذه التقنية البحث عن الهواتف الاخرى المجهزة بنفس التقنية فى محيط مداها مما يجعل من الممكن ارسال اى نوع من الرسائل للمستخدمين الاخرين الذين يحملون هواتف تعمل بتقنية «بلوتوث» دون سابق معرفة بهم. ويستطيع المستخدم ارسال رسالته لمن حوله من اصحاب الهواتف ذات تقنية «بلوتوث» بإنشاء اسم جديد فى كتيب الاسماء بهاتفه ويكتب رسالته التى سيبعثها فى صندوق الاسم بدلا من اسم ورقم صاحب الهاتف المراد تسجيل بياناته. وأوضح الراديو انه يمكن للهاتف ارسال هذا الاسم الجديد الذى تم انشاؤه كرسالة نصية أو بطاقة بيانات شخصية الكترونية.

طقوس يومية

يعتبر السير على طول الممشى المطل على بحيرة أونتاريو فى الساعات الأولى من النهار يوميا من الطقوس التى يحرص عليها الكثير من سكان مدينة تورونتو بكندا



احذر ألعاب الكمبيوتر

اكد العلماء فى هولندا ان هواة ألعاب الكمبيوتر يجب ألا يوصفوا بالمدمنين بالرغم من ان الكثير من اللاعبين يقولون انهم متعلقون بهواية تؤثر على حياتهم الاجتماعية. واشار علماء النفس والاجتماع ان هناك بعض الادلة عن ان الألعاب تحفز مناطق المخ. وقالوا انه على عكس المواد التى تسبب الادمان فليس هناك دواء يتعامل مع السلوك الذى يجبر اللاعب على مثل هذه الألعاب. الجدير بالذكر ان الاهتمام العلمى بصناعة ألعاب الكمبيوتر التى تدر عدة مليارات الدولارات فى السنوات الاخيرة بعد ان قتل عدد من المراهقين فى عدة دول انفسهم واخرين بعد ألعاب عنيفة وقامت الحكومة بممارسة ضغوطا على الصناعة لإضافة تحذيرات صحية على اغلفة تلك الألعاب.

«للغاضبين» فقط!

اطلق السويسرى ستيفن ماسى المتخصص فى فن الشفاء من الأمراض، مبادرة خاصة هدفها إقامة أندية يكون اعضاؤها من الغاضبين فقط ويتعلم المتدربون خلال هذه الدورات التى تقام تحت عنوان «الغضب والقوة» فن التعبير عن الغضب، ولكن بصورة بناءة بالنسبة لهم وللآخرين كما يتعلم المتدربون كيفية تحديد هوية الغضب والشعور به، وعدم قمع مشاعر الغضب، ويؤكد الباحث أن قمع الغضب ينتج عنه اضرار كثيرة لأنه ينطوى على حقد وضغينة.

العدسات الراقصة

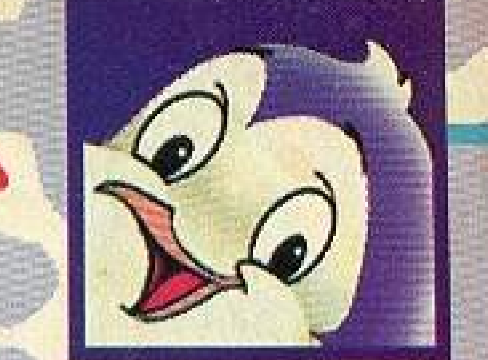
لم تكتف شركة سونى بكاميراتها الرقمية المتعددة، والمتجددة التى تنتجها ومن بين الأجيال الحديثة كاميرا بها عدسة تدور حول محور رغم انها ٢ ميجا بيكسل فقط إلا أن الوضع الراقص للعدسة يجعلها ظريفة ولها امكانية كبيرة فى تصوير زوايا أضيق وتعطى منظورا مختلفا وتتميز أنها فى حجم الجيب وبها شاشة من الكريستال السائل بها خاصية انعكاس أقل للضوء وبالتالى تكون أكثر وضوحا خاصة فى الضوء الساطع والشمس، وتعمل بكروت تسمى عصاة الذاكرة متوفرة بسعات مختلفة تصل الى واحد ميجا بيكسل، وتتميز بأن سعرها رخيص لا يتعدى ٢٠٠ دولار

إحتفالات صينية

صورة للاعبان صينيان صغيرا السن وهما يؤديان فقرة أكروباتية ضمن الاحتفالات التى أقيمت على مدار أسبوع كامل فى مدينة «يوهان» بالصين وذلك بمناسبة الاحتفال بعيدها القومى رقم ٥٤ وقد إجتمع أكثر من ١٠٠,٠٠٠ شخص للإستمتاع بمشاهدة الألعاب النارية التى إنطلقت فى سماء المدينة كمظهر من مظاهر الإحتفال

أعلى برج فى العالم!

إفتتح اخيرا فى العاصمة التايوانية «تايبيه» أعلى برج فى العالم يصل ارتفاعه الى ٥٠٨ أمتار، وبذلك يتفوق على برج إيفل (٣٠٠ متر)، وناطحات السحاب فى الولايات المتحدة التى يصل ارتفاعها إلى ٣٨١ مترا. والبرج الجديد يحتوى على ٨٨ طابقا ،وهو معلق على كابل دائرى من الأسمنت يزن ٨٠٠ طن، مما يمكنه من التحرك جانبا لمسافة ١,٥ متر لتحديد حركة البرج فى حالة وجود رياح شديدة أو هزة ارضية عنيفة. ويوجد بالبرج ٦٤ مصعدا لنقل الزوار من الدور الأرضى حتى الدور الثامن والثمانين فى سرعة كبيرة تصل إلى ٦٠ كيلو مترا فى الساعة.



جورنال بلبل

قفزات موسيقية

قديما كانت ألعاب الأطفال بسيطة الشكل والتركيب أما اليوم فالألعاب أصبحت فى غاية الدقة تحتاج لمراكز بحثية ومعاملة متطورة، وهذه اللعبة تعد تطورا مذهلا فى صناعة الآلات الموسيقية، فهى عبارة عن قفاز الكترونى بمجرد أن يرتديه الطفل ويحرك أصابعه يقوم القفاز بالتقاط هذه الحركة وتحويلها الى نغمات موسيقية من جهاز مثبت بالقفاز، كما لو كان الطفل يعزف بالفعل على أوتار آلة موسيقية، اللافت فى الأمر أن نفس القفاز يمكنه اصدار أصوات لأكثر من عشر آلات موسيقية منها الجيتار الكهربائى والأورج والطبول، كما يمكننا اضافة بعض المؤثرات الصوتية على الموسيقى المعزوفة أما عن سعر الجهاز فيصل الى ٦٠٠ جنيه مصرى.



ملابس المهرجين

لجنة تقييم ملابس المهرجين تكتب ملاحظات على اداء وملابس زملائهم المهرجين فى المسابقة السنوية التى تقام فى مكسيكوسيتى ويشارك فيها ٥٠٠ مهرج من امريكا الشمالية وامريكا الجنوبية.

احتفال هندوسى

فتاة صغيرة تشعل المصابيح استعداد لاحتفال ديوالى أو احتفال الانوار فى أحمد اباد بالهند وتقيمه طائفة الهندوس احتفالا بعودة الزعيم راما من المنفى ويوافق الاحتفال بداية العام عند الهندوس.



رابطة عنق دراكولا!

تهافت هواة جمع التذكارات التى ظهرت فى افلام ومسرحيات على مزاد كان من بين معروضاته رابطة عنق، ظهر بها الممثل بيلا لوجوسى فى عرض مسرحى لشخصية دراكولا على مسارح برودواى فى نيويورك.. و تم بيعها بـ ٧٠٥٠ دولارا. وكان من بين المعروضات الاخرى فى المزاد. الذى إقيم بفندق بلوس انجلوس تحت عنوان «الوحوش والسحر» عقد وقعه الممثل بوريس كارلوف عام ١٩٣١ مع شركة «يونيفرسال» السينمائية لتجسيد شخصية وحش فرانكشتاين، وتم بيعه بمبلغ ١٢٩٢٥ دولارا، بالإضافة إلى نموذج لديناصور من الفيلم الشهير «كينج كونج» من إنتاج عام ١٩٣٣، وتم بيعه بمقابل ٤١١٢٥ دولارا.

مهرجان الضحك من القلب

بدأ فى بومباى مهرجان الضحك السنوى الذى يقيمه اتحاد وادى الضحك الهندى.. يقول منظمو المهرجان إن المجهود الذى يبذله الجسد يكون أقل عندما يضحك حيث يستخدم الشخص ٢١٠ عضلات بينما اذا بكى يستخدم ٤٤٢ عضلة، كما أن الضحك يساعد على زيادة تدفق الدم فى الدورة الدموية يشارك فى المهرجان ٢٥ من نوادى الضحك المنتشرة فى بومباى العاصمة الثانية للهند.. وتيكون كل فريق من ٢٠ شخصا يؤمنون بشعار «الضحك من القلب يطرد الهموم من العقل» بالاضافة لبعض المدارس حيث يكتب كل تلميذ شعارا من سطر واحد يؤكد فيه هذا المفهوم. تشهد مسابقات هذا العام عدة أنواع من الضحك مثل العفوى، والمزاح والمتحرك ، وضحك مومباى وهو الضحك والفم مغلق.

افتتاح أكبر مسجد فى أوربا بلندن

احتفل المسلمون فى بريطانيا بافتتاح مسجد بيت الفتوح بالقرب من العاصمة لندن وهو أكبر مسجد فى أوروبا.. وقد تكلف انشاء المسجد الذى يسع نحو ٦ آلاف مصل مبلغ ٢٢ مليون دولار وقام بتصميمه أحد المهندسين البريطانيين حيث جمع فيه بين المعمار التراثى والمعمار الحديث. كانت جماعة الأحمدية التى أنشئت فى الهند منذ أكثر من مائة عام ولها وجود فى بريطانيا منذ عشرينات القرن الماضى قد قامت بشراء الأرض فى منطقة جنوب العاصمة لندن وتحملت جميع تكاليف انشاء المسجد الجديد.

مكافحة الحشرات واجب قومى

أجبر صاحب أحد المتاجر فى جنوب الصين كل العاملين فيه بقتل خمس ذبابات على الأقل يوميا قبل السماح لهم بالعودة الى منازلهم. يقول صاحب المتجر أن الهدف منع انتشار الأمراض بين العاملين وجذب عدد أكبر من الزبائن وأكد أنه سيتم صرف مكافأة لكل من قتل أكثر من خمس ذبابات.

فن هندى

مجموعة من اللقطات الفنية التى أداها ذلك الممثل الهندى ضمن أحداث احدى المسرحيات الهندية والذى قدمها على مسرح سجن تيهار بنيودلهى

سباق دولى فى شرم الشيخ للعربات الصغيرة

تشهد مدينة شرم الشيخ فى الفترة من ١٦ الى ٢٤ يناير ٢٠٠٤ السباق الدولى لعربات السباق الصغيرة فى إطار رياضة الكارتنج وذلك بعد موافقة الاتحاد الدولى لهذه الرياضة على اختيار مصر لاقامة هذه البطولة بعد منافسة شديدة من كل من دبى وماليزيا وولاية فلوريدا الأمريكية. وستقام هذه البطولة فى شرم الشيخ فى مضمار جديد اعتمده الاتحاد الدولى لهذه الرياضة وقد أصبح بعد اعتماده من الاتحاد الدولى المضمار الأول فى الشرق الأوسط والرابع على مستوى العالم وقد وافق د.ممدوح البلتاجى وزير السياحة على رعاية هذه البطولة وسيشارك فى هذه البطولة ٩ آلاف متسابق من ٤٠ دولة





يوميات نونو





السر









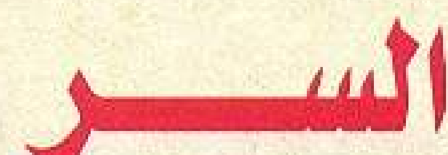










السر




يوميات نونو



من فضلك ياليلى أنا لا أحب الأسرار قولى لى ماذا تخبئين عنى؟
لا أخبىء شيئا خطيرا يامنير.. صدقنى!



إذا لماذا لا تريدين أن أرى الكشكول؟
هذا سر!



وما هو هذا السر ياليلى؟
هذا شىء يخصنى وحدى



أعتقد أننا يجب أن نتشارك فى كل شىء



نونو! هل تعرف ماذا كانت تفعل ماما؟



أنظرى.. أنا متأكد أن نونو ودجدج يعرفان وأنا الوحيد الذى لا أعرف..
منير.. كف عن هذا الكلام



حسنا.. لا أريد أن أعرف شيئا..
سأدخل لأستريح قليلا



لماذا ياليلى لا تقولى له ماذا كنت تكتبين وتستريحين من هذا الموضوع فأنت تعرفين أن منير لن يهدأ حتى يعرف





يوميات
نونو



السر











منير؟ ماذا تفعل؟
هه؟ ماذا؟ أنا؟ كنت أبحث عن فرشاة الاسنان



فرشاة الاسنان فى درجى؟



نعم.. فكل شىء غير منظم فى هذا المنزل وقلت ربما أجدها هنا
تراك



إذا كان ما تبحث عنه هو المفتاح فلن تجده لأنها تحتفظ به معها

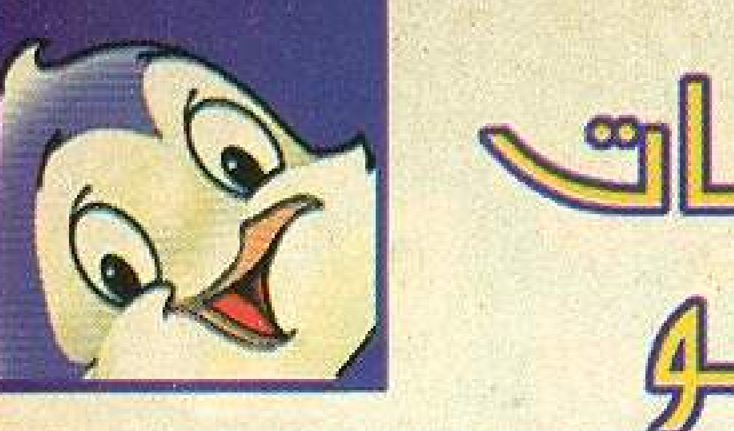


أعتقد أن منير يحاول مرة أخرى
قلت لك أنه لن يهدأ حتى يعرف السر











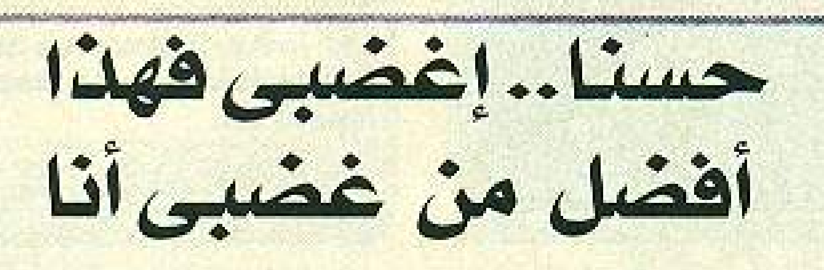


السـر










سأعرف ماذا كنت تكتبين يعنى سأعرف ماذا كنت تكتبين!











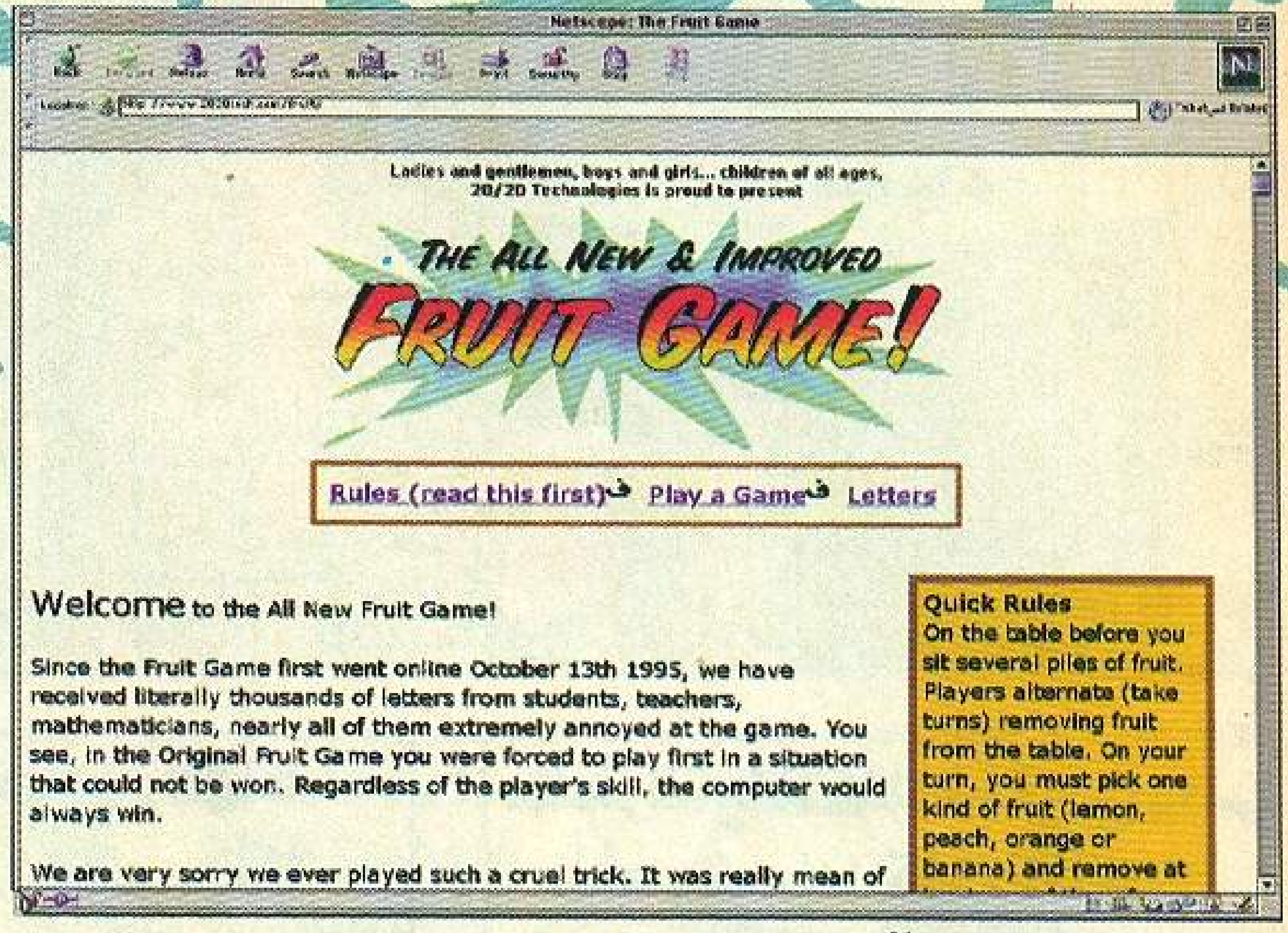
تمت



www.bubblegum.com/2001games



www.2020tech.com/fruit



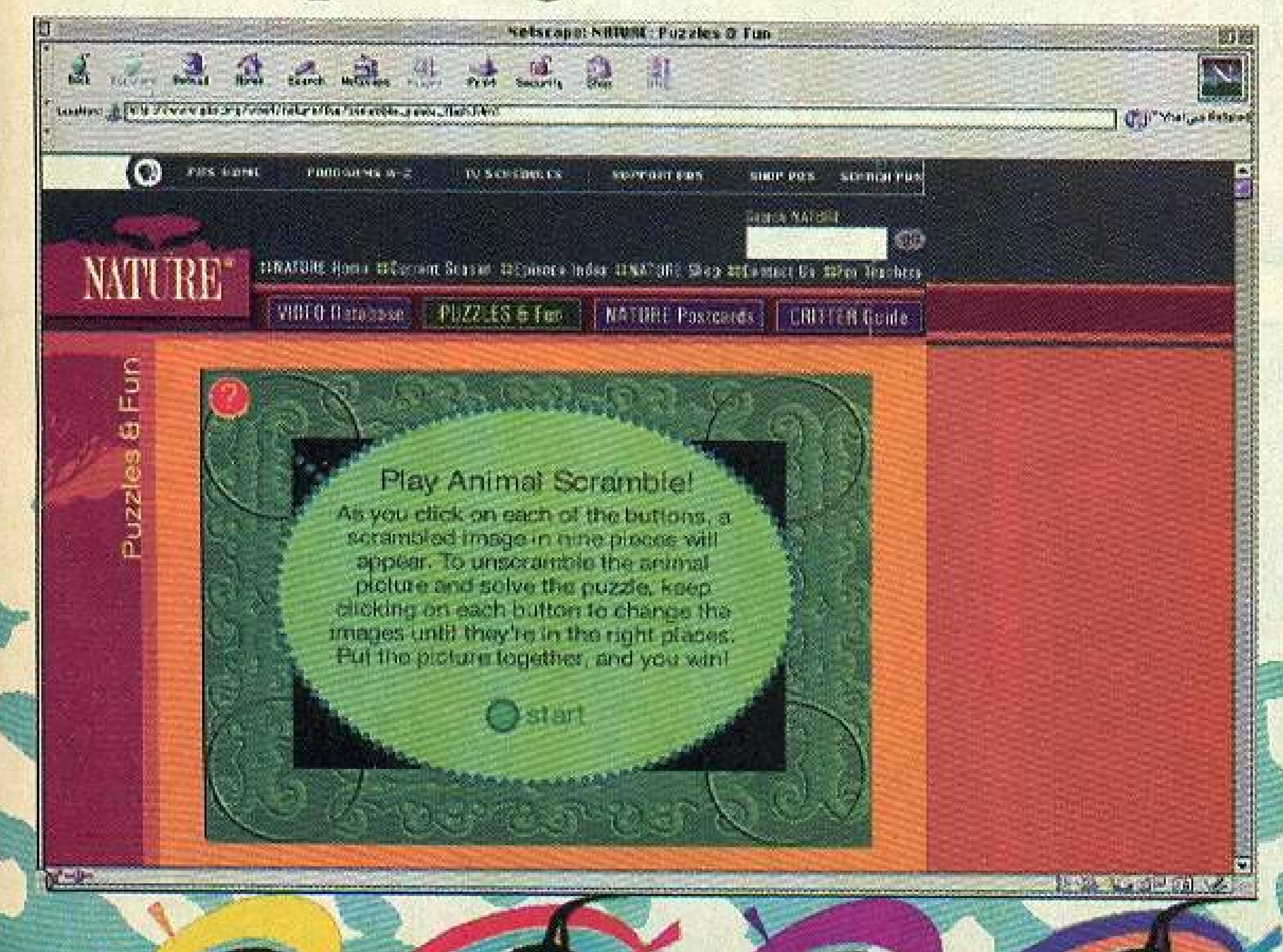
www.bbc.co.uk/cbeebies/teletubbies



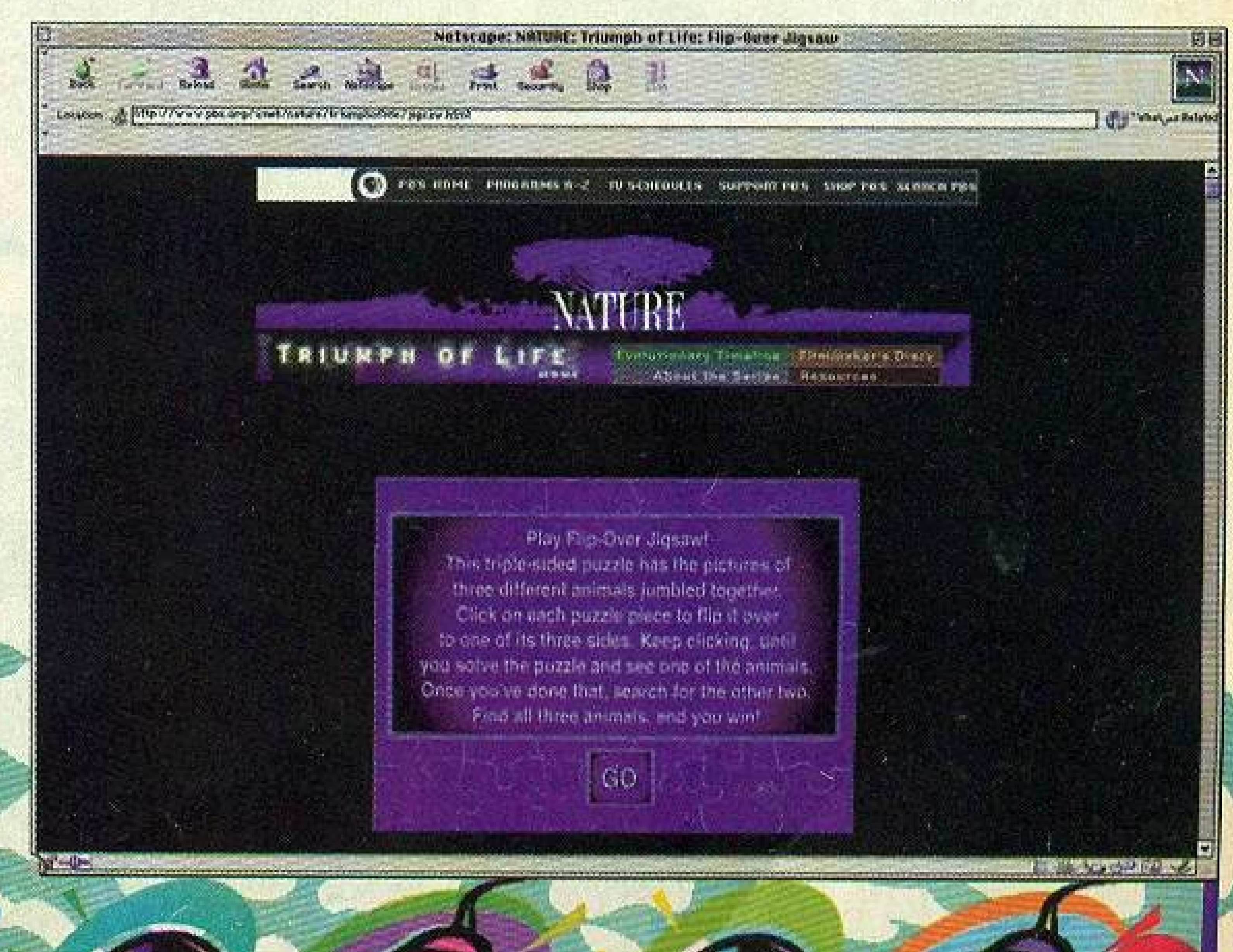
www.uptoten.com/home



www.pbs.org/wnet/nature/fun



www.pbs.org/wnet/nature/triumphoflife





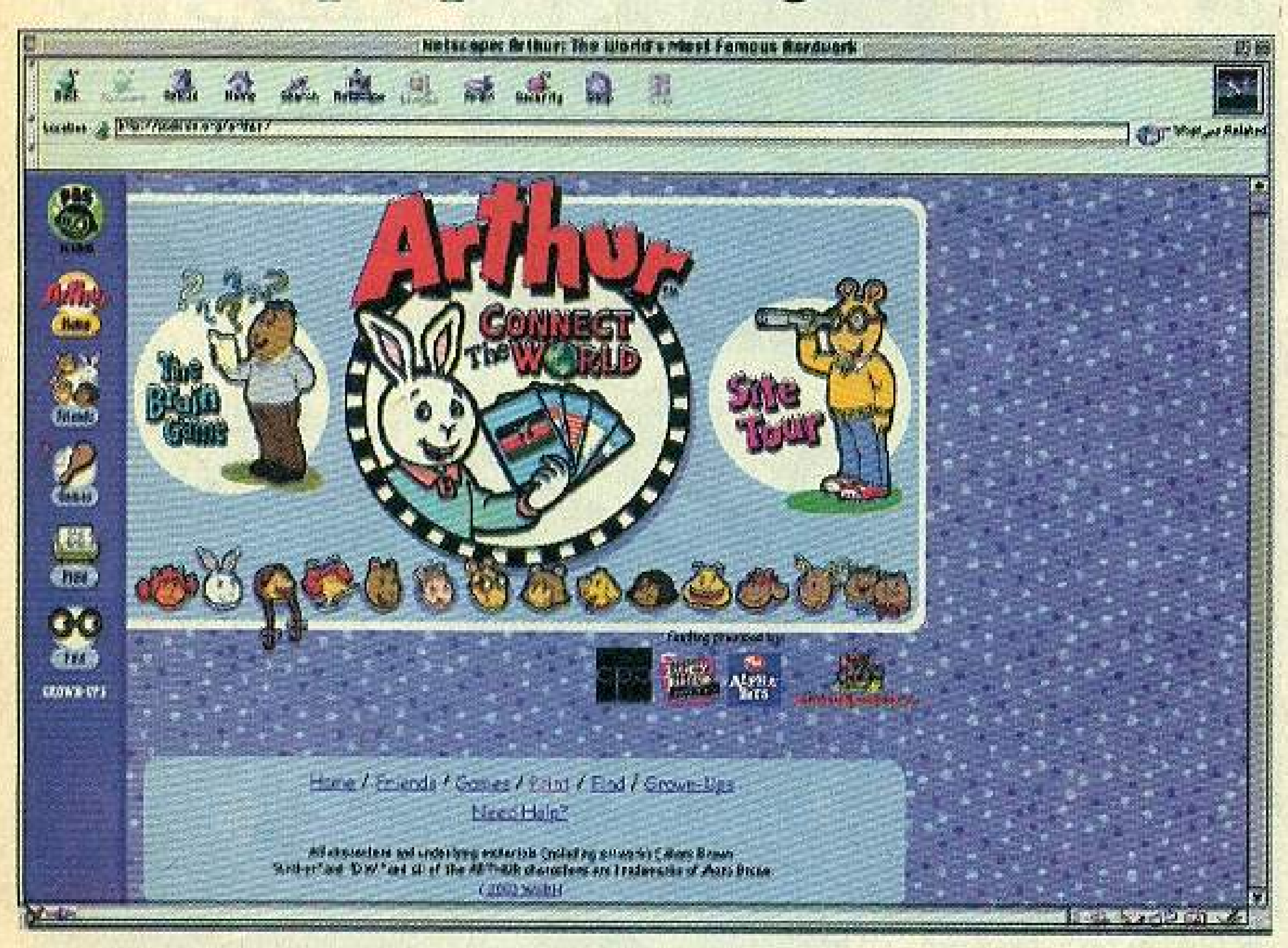
www.kidztown.com/games



www.keebler.com



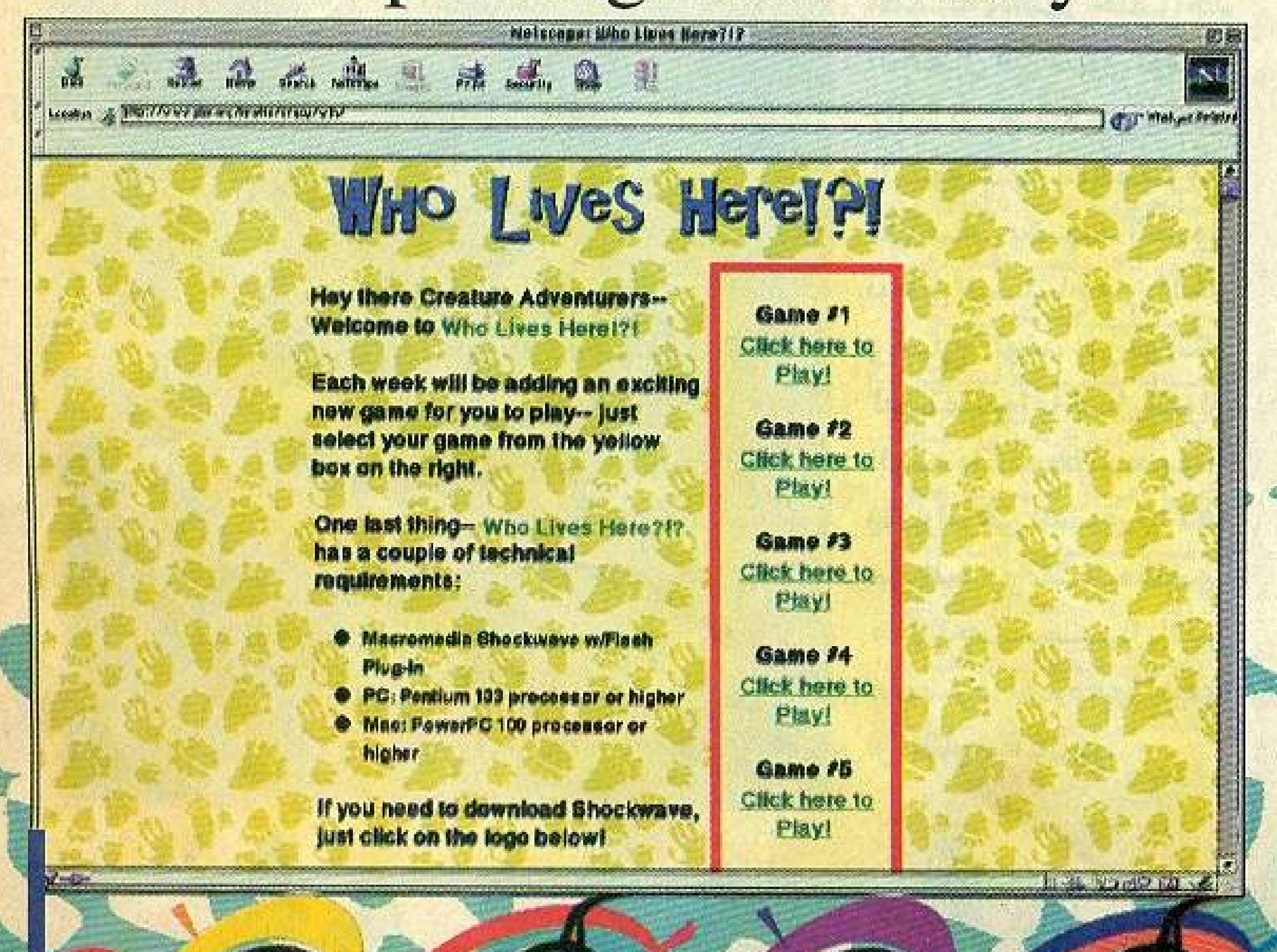
http://pbsids.org/arthur



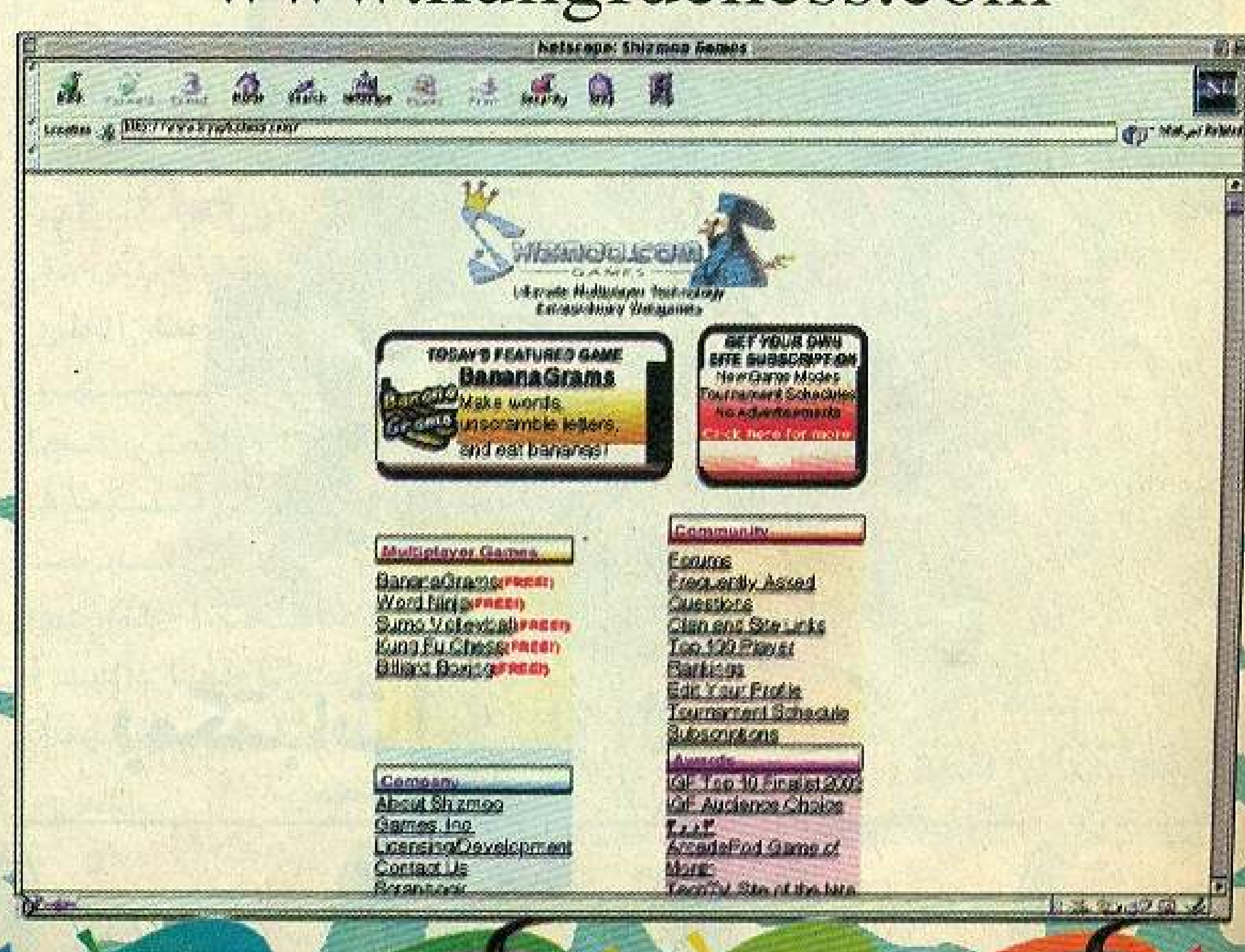
www.funranch.com/games



www.pbs.org/kratts/crazy



www.kungfuchess.com







• قرد من قرود الاورانج اوتان مغطى ببطانية ويتثاءب فى إحدى حدائق الحيوان هذه الفصيلة من القرود معرضة للانقراض ويقول الخبراء انها قد تختفى من على وجه الارض اذا لم تتوقف عملية اقتلاع الاشجار وتدمير الغابات التى تقضى على بيئتهم وموطنهم الطبيعى.



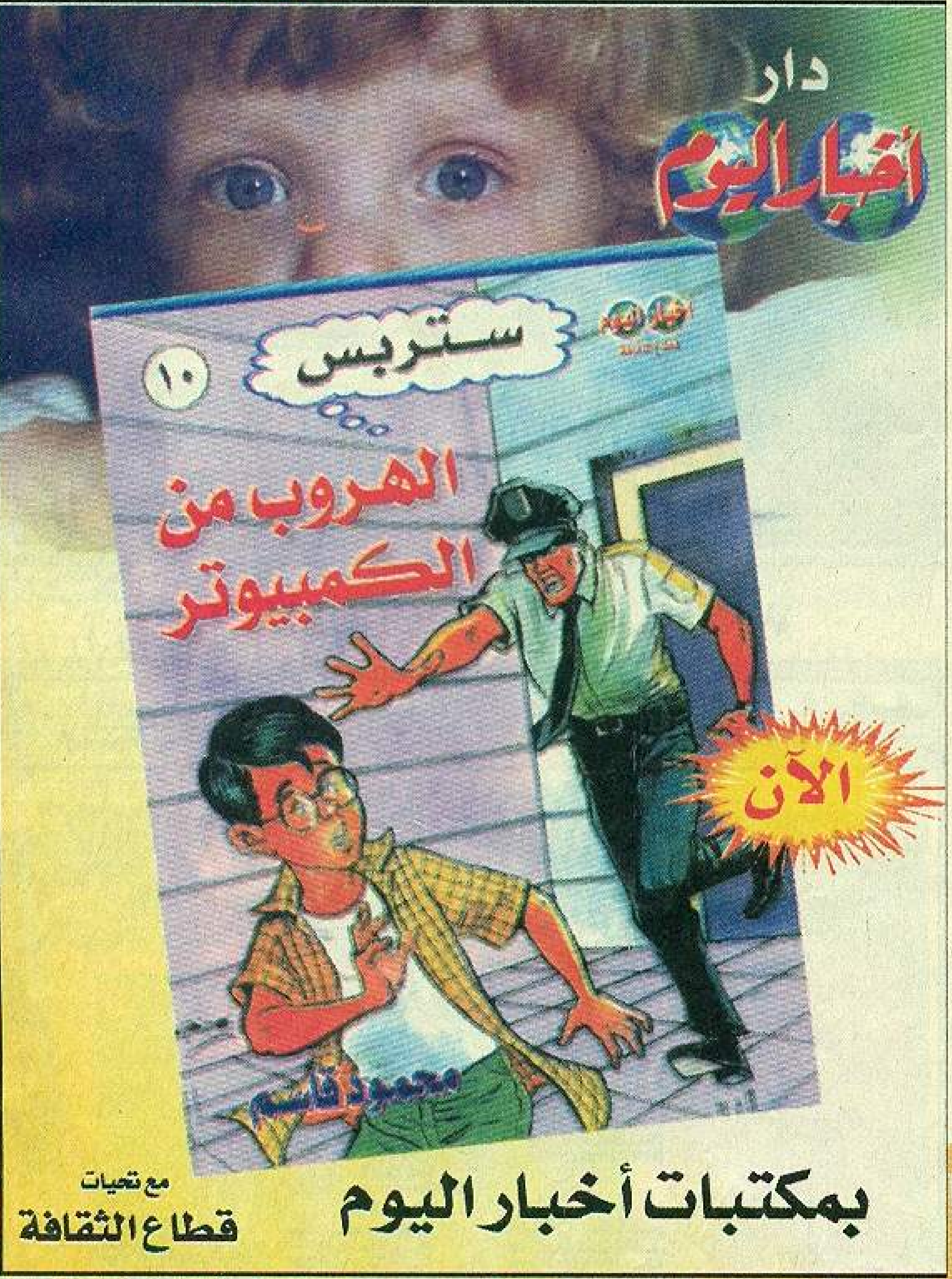
• أنثى دب قطبى ومعها أطفالها فى صورة جماعية فى محمية الحياة البرية الوطنية فى ألاسكا بالقارة القطبية الجنوبية.

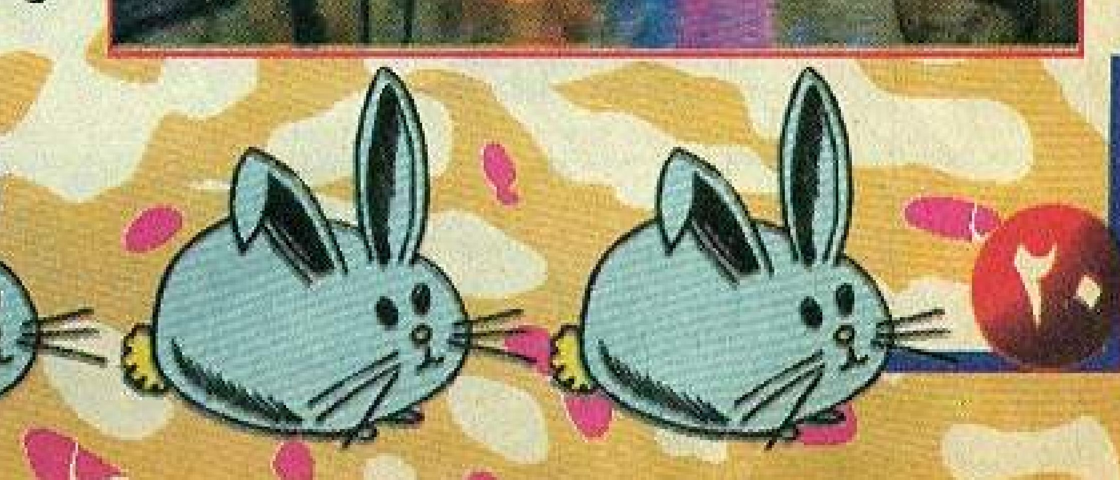


• طائر الشمس يجلس على أحد الزهور التى يمتص رحيقها ويتغذى به فى صورة نادرة التقطت على جبال دراكنسبرج فى دولة جنوب افريقيا.



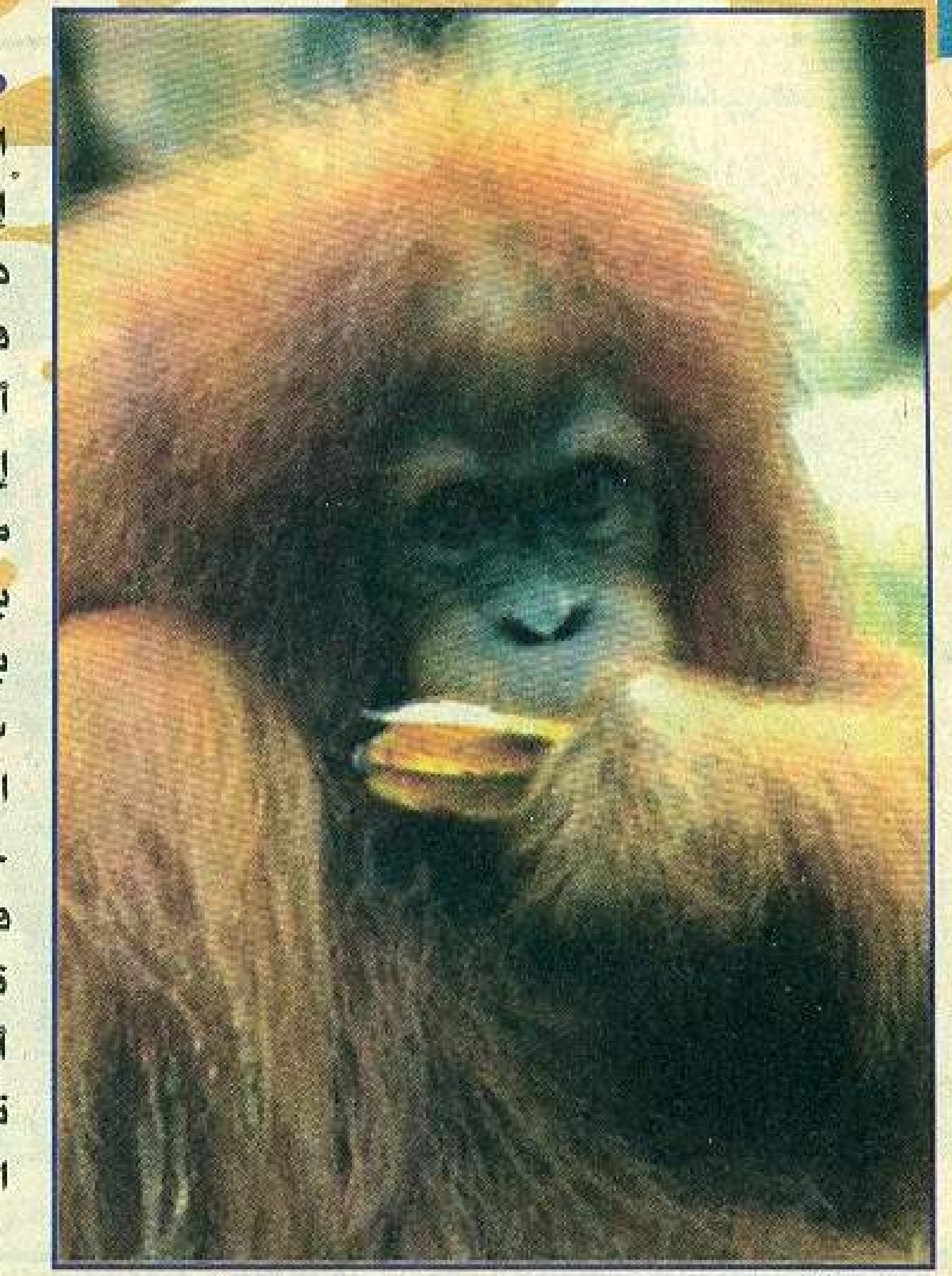
• نمر ملكى بنغالى يتثاءب فى أحد أيام الصيف الماضى الحاره فى حديقة حيوان دكا بدولة بنجلاديش.. ومؤخرا قررت كل من الهند وبنجلايش ان تجريا معا أكبر عملية احصاء فى العالم لاعداد النمور الموجودة فى مناطق المستنقعات.



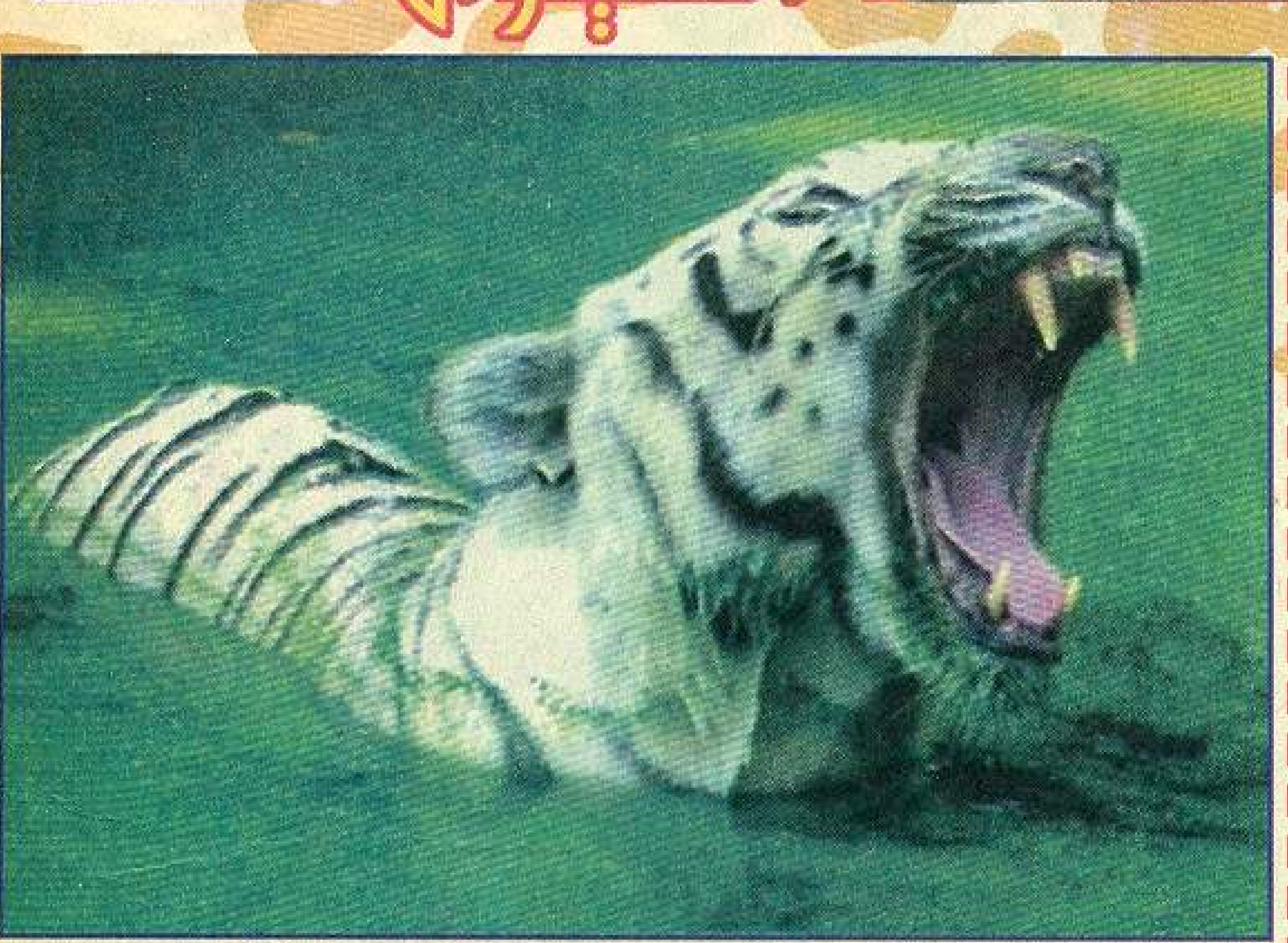


• صورة للقمر عند اكتماله ويظهر خلف احد الجمال فى سوق بوشكار بالهند.. موعد إقامة السوق شهر نوفمبر من كل عام.. يشهد السوق تدفق السياح من داخل وخارج الهند إلى بوشكار ليستمتعوا بأجمل اسواق الهند واكثرها شعبية. يشارك فى السوق الآلاف من الحيوانات معظمها من الجمال التى يحضرها اصحابها لبيعها او المقايضة عليها.





• قرد ضخم من نوع الاورانج أوتان يأكل إحدى ثمار الموز داخل الحجر الطبى فى محمية الاورانج أوتان التى إكتسحتها مؤخرا مياه الفيضان بالقرب من مدينة باهوروك فى جزيرة سومطرة الاندونيسية كان حراس المحمية قد فتحوا أبوابها حتى تخرج قرود الاورانج أوتان منها قبل أن تغمرها مياه الفيضانات.



• نمر أبيض يتثاءب وهو يرطب جسمه فى مياه حديقة نيودلهى بالهند فإحدى صفات النمور الهامة أنها ماهرة فى السباحة وتستمتع باللعب فى المياه خاصة إذا كانت درجة الحرارة مرتفعة كما بالهند



• حيوان فرس النهر أو سيد قشطة النيلى يلهو فى مياه أحد أنهار بلده بتسوانا الافريقية، ويواجه حاليا ٦٠ فرد من أفراد سيد قشطة خطر الموت فى دولة ناميبيا نتيجة التناقص المستمر فى موارد المياه الطبيعية.

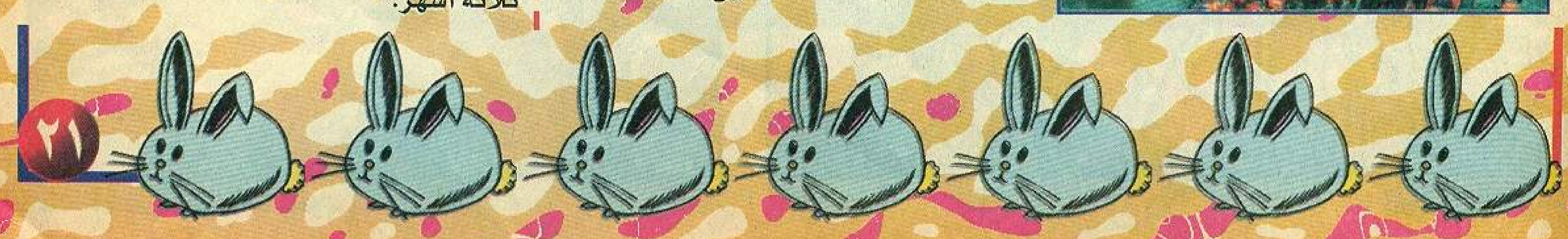


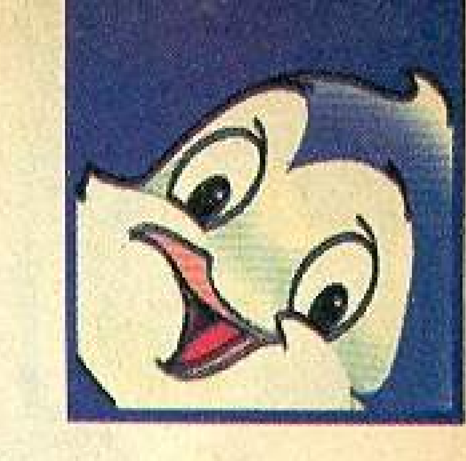
• عدد كبير من حشرة الهارلكين harle-quin فى اطوارها المختلفة على أحد أسوار الشاطىء الشمالى لمدينة سيدنى الاسترالية. الحشرة تتغذى على أوراق الاشجار الطرية وعلى براعمها الصغيرة وعلى أشجار الفاكهة وتتسبب فى خسائر فادحة ويكافحها المزارعون بالتقاطها باليد أو باستخدام مبيدات حشرية.

• انثى طائر البنتيل **pintail** أو ذات الريش المدبب فى الذيل وهو أحد انواع البط، تفرد جناحيها فى المحمية التى تعيش فيها بحديقة حيوان نيودلهى بالهند.. هذا النوع من البط يهاجر سنويا من سيبيريا ويقطع آلاف الاميال حتى يصل للمناطق الدافئة فى الهند ليتزوج.



• سنو فليك هو اسم هذا الغوريللا أبيض اللون وهو الوحيد من نوعه فى حديقة حيوان برشلونة باسبانيا. يقول أطباء الحديقة ان سنوفليك يعانى من امراض خطيرة بعد أن بلغ الـ ٤٠ من العمر وانه لن يعيش أكثر من ثلاثة أشهر.

















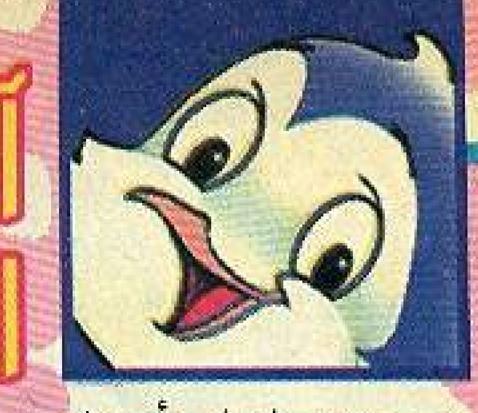






القصة إهداء من الدكتور وجيه يعقوب

رسوم: عبد الشافى سيد



إعداد: ليلى أمين



أهلاً.. أهلاً بالعيد السعيد

كلنا نستقبل العيد بفرحة وسعادة، فاجعلى هذه الفرحة تظهر بوضوح فى اهتمامك بتجميل اركان البيت مع والدتك، او اختك الاكبر. ولأن الوقت ضيق، ولاتسمح الظروف بان نشترى الجديدمن المفروشات، فيمكنك بلمساتك الرقيقة، والفنية، أن تجعلى من ركن حجرة المعيشة مكانا جديدا، بما هو متوفر عندك. من اكسسوارات، واقمشة متبقية من التنجيد.

فكرة جديدة

احضرى ايشاربا مربعا كبيرا، وضعى فيه المخدة الصغيرة الموضوعة على الاريكة، بحيث تكون اطرافه جهة اضلاع المخدة، اربطى اطراف الايشارب، «خلف وخلاف» بعقدة بسيطة.

اعيدى المخدة بكسوتها الجديدة الى مكانها على الاريكة، وسوف تلاحظين فورا انها قد اعطت الركن لمسة جمال جديد.

اذا كان عندك اكثر من مخدة، وأكثر من ايشارب، أضيفى كسوة لكل مخدة، بألوان مختلفة.. وسوف تصنعين ركناً جديداً.. ليوم العيد.

أصول ركوب المراجيح فى العيد

كلنا نحب ركوب المرجيحة، وخصوصا خلال أيام العيد.. فالعيد فرحة، وعيدية، ومشاركة للصديقات فى مختلف الألعاب المرحة.

وركوب المرجيحة له أصول، وذلك من أجل ضمان سلامتك وكذلك سلامة صديقاتك، واخوتك الصغار.

- أرجوكى لا تركبى أبدا المراجيح التى يقف بها أصحابها على ناصية الشارع، والمصنوعة من المعدن. فهى اما متهالكة، واما صعبة الحركة، وقد تسقط فى أى لحظة أثناء حركتها ودورانها. يكفى المراجيح فى «النادى» أو فى مدينة ألعاب، أو فى حديقة منزل الصديقات.
- لا تطوحى بجسمك أثناء تحريك المرجيحة، فقد تفلت يدك من حول الحبل، ويندفع جسمك خارج المرجيحة، لا قدر الله.
- عندما تكونين فى نفس المرجيحة مع أحد اخوتك الصغار، فلا تحركى المرجيحة زيادة عن اللازم، أو بأسرع مما يجب، بحجة انك تداعبينهم، بالرغم من «هلعهم»، وصراخهم.. فإنهم كأطفال لن يحتملوا الحركة المتزايدة، أو الشديدة للمرجحية.
- لا تنزلى من المرجيحة إلا بعد أن تقف وتثبت تماما فى موضعها.
- احرصى على ارتداء بنطلون، وحذاء، وامتنعى تماما عن ارتداء الفستان والصندل. لأن البنطلون مع الحذاء يضمان لك السلامة فى الحركة.



ذوق ولياقة لتناول الطعام خارج المنزل

بمناسبة العيد المبارك، قد يدعونا الوالدين الى تناول الطعام بالأماكن العامة، أو تصلنا دعوة من أقرباء لتناول وجبة طعام فى أحد المحال العامة. وتناول الطعام فى الأماكن العامة أو فى المطاعم، له أصول، يجب أن تتبعيها لكى لا تتعرضى للشعور بالحرج.

- يجب أن يسبق الداعى المدعويين الى المكان الذى سوف تتناولون فيه طعامكم.
- بعد دخولكم الى المطعم احذرى أن تتجولى بين المناضد بحجة البحث عن المكان الأفضل. يمكنك التوقف عن بعد، واختيار المكان المناسب، بدون مضايقة الجالسين بالذهاب والمجىء بين الممرات عدة مرات.
- ليس من الذوق الجلوس على منضدة ما، ثم تركها بعد فترة من الوقت بحجة وجود منضدة أخرى، أفضل منها.
- عندما تأتى أطباق الطعام، يجب عدم تناول الطعام ببطء شديد، ولا بسرعة ولهفة، فالاعتدال مطلوب، والبساطة ضرورية، لكن مع مراعاة قواعد الأكل المعروفة.
- راعى عدم النظر أو «البحلقة» فى أطباق الآخرين، وما تحتويها من طعام. ولا تقومى بمحاولة استبدال الطعام الذى أمامك، بصنف آخر من الأصناف الموجودة بأطباق الآخرين.
- احذرى أن تتذوقى شيئا من طبق غير طبقك.



الجريمة المثيرة



توجه اكرم مع طارق الى مكتب الضابط شريف لحضور التحقيق الذى يتم فى جريمة سرقة بعض المستندات الهامة من احدى الشركات الكبرى وما ان وصلا حتى استقبلهما الضابط شريف بترحاب شديد، وبدأ يقص عليهما ما حدث قائلا:

- بالامس حدثت سرقة فى احدى الشركات الكبرى حيث قام احد اللصوص بدخول الشركة فى حوالى العاشرة مساء وسرق مستندات هامة تقدر بمبلغ طائل من المال.

قطب «اكرم» حاجبيه قبل أن يسأله:

- هل شاهد أحد اللص عند دخوله المبنى؟

اجابه الضابط شريف بقوله:

لقد شاهد حارس البناية اللص وهو يتسلل الى مبنى الشركة وعندما حاول اعتراضه ضربه على رأسه بآلة حادة فافقده الوعى لبعض الوقت قام خلاله بالسرقة.

قال هذه العبارة ثم امر بدخول حارس البناية لاستكمال اقواله وبعد لحظات دخل حارس البناية وهو رجل فى العقد الخامس من العمر، نحيلا بصورة ملحوظة، يلف حول رأسه قطعة من القماش نتيجة الضربة التى تلقاها على رأسه وكانت عيناه زائغتان وهو يتحدث بصوت واهن قائلا: لقد شاهدت شخصا يدخل الى مبنى الشركة فى حوالى العاشرة مساء وهو وقت متاخر جدا فأسرعت نحوه لاسأله عما يريد ولكنه فاجأنى بضربة على رأسى افقدتنى الوعى وعندما افقت اكتشفت السرقة.

سأله الضابط شريف:

- الم تستطع تحديد ملامحه؟

اجابه الرجل:

- كلا مع الاسف فقد كان عامود الانارة خافت الضوء كما أن الليلة كانت مظلمة ولا يوجد قمر فى السماء

وراح اكرام يدون كل كلمة سمعها من الحارس الى أن انهى اقواله وأمر الضابط شريف باستدعاء احد العاملين بالشركة وسأله عن مكان وجوده وقت الحادث فأجاب الرجل بقوله:

- لقد ذهبت الى عيادة طبيب الاسنان ليستكمل لى حشو ضرسى الذى يؤلمنى منذ فترة طويلة.

وكانت اجابة العامل الثانى كالآتى:

- ليلة امس قضيتها مع شقيقى واسرته حيث اننى معتاد على قضاء ليلة النصف من شهر شعبان معهم فهى عادة لم اقطعها منذ سنوات طويلة وعدت الى منزلى بعد الثانية عشرة مساء.

راح اكرم يدون كل كلمة نطق بها الرجل ثم التفت الى الضابط قائلا: - لقد عرفت الجانى

صديقى.. صديقتى.. ترى من هو الجانى وما الدليل؟

تأليف: هشام الصياد
رسوم: عبد الشافى سيد

حل لغز جريمة القتل

من غير المعقول أن يضرب الرجل نفسه بالسكين فى ظهره اذن فالقاتل شخص آخر غيره هو نفسه.



يوم العيد يبدأ بالصلاة

فى صباح هذا اليوم يذهب المسلم الى المصلى، ويصحب معه أطفاله الصغار لكى يبدأ يومه بصلاة العيد، تعبيرا عن شكره لله على توفيقه له بالصيام، وطمعا فى رحمة الله ومغفرته، ويستحب أن يلبس المسلم انظف ثيابه واحسنها شكلا واطيبها رائحة ويجلس فى خشوع بعد صلاة العيد ليسمع موعظة وعظة من قلب داعية مسلم و هذا الداعية يريد الخير له وللمسلمين فى كل انحاء الدنيا.. انه يوم عيد حقا، يوم فرحة وبهجة، وكيف لا يكون كذلك والمسلم يبدأ بالطاعة والعبادة والركوع والسجود والتسبيح والتهليل؟!

والاسلام لا يمنع اتباعه فى يوم العيد من اظهار فرحتهم، واللهو واللعب بشرط ألا يكون فى هذا عصيان لله، فاذا كنت تود اللعب والفرحة والتمتع بذلك اليوم، فلا مانع ابدا ولكن احذر من أن تتشاجر مع زميلك أو أن تجرح مشاعر انسان آخر، أو أن تتسبب فى ضوضاء تضايق بها الآخرين، وتخيل نفسك مكانهم، فهل كنت تحب أن يضايقك الآخرون؟! ومن الجدير بك فى هذا اليوم أن تجتمع مع اصدقائك وأقاربك وأن تتبادلوا الحديث والزيارة!

آداب العيد

ومما زاد فى آداب يوم العيد والخروج الى المصلى ما رواه الامام البخارى عن أنس ﷺ قال كان رسول الله ﷺ لا يغدو «أى لا يذهب الى المصلى» يوم الفطر حتى يأكل تمرات».

وروى الامام البخارى عن جابر بن عبدالله ﷺ أنه قال: «كان النبى ﷺ اذا كان يوم عيد خالف الطريق»

ومعنى هذا الحديث أن رسول الله ﷺ كان يخرج الى المصلى من طريق ويرجع من طريق آخر.. وذلك لكى يلتقى المسلم بأكبر عدد ممكن من المسلمين فى هذا اليوم فيهنئهم على هذا العيد ويصافحهم.. إن مصافحة المسلم لاخيه المسلم تمحو الذنوب، وتؤلف القلوب وتعين على تقوى الله عز وجل. ان الاسلام لا يحرم على المسلمين السعادة والاستمتاع بالطيبات ولكنه جل شأنه ينظم للمسلمين حياتهم بالشكل الصحيح والمناسب، فالسعادة الحقيقية ليست فى مجرد اللهو واللعب ولكنها فى طاعة الله، فالمسلم الذى يؤدى فرض الصلاة ويحافظ على تلاوة القرآن تراه سعيدا لانه ارضى الله تعالى وأدى ما عليه من فرائض، وتراه متفائلا مبتهجا ناظرا الى الحياة فى أبهى صورة فما دام فى طاعة الله وعبادته فهو أسعد كائن على وجه الارض.



كيف نحتفل بالعيد

والآن.. وبعد أن عرفت كيف تحتفل بالعيد، وكيف تحصل على السعادة فى هذا اليوم هل تستطيع يا صديقى العزيز أن تضع برنامجا قصيرا للاحتفال بهذا اليوم؟ تعال معى نحاول وضع برنامج للاحتفال بهذا اليوم، حتى يمر بسعادة وهدوء ونرضى الله عز وجل فى هذا اليوم...

أولا: بعد أن تثبت رؤية هلال عيد الفطر المبارك يستحب التكبير والتهليل والتسبيح، من بعد صلاة العشاء.

ثانيا: يصلى المسلم الفجر فى جماعة ويستحب أن يأكل بعد ذلك تمرات أو أى شىء آخر، اقتداءا برسول الله ﷺ

ثالثا: الذهاب الى صلاة العيد فى ثياب جديدة - ان امكن - ونظيفة وطيبة الرائحة، ويكون الانسان فى طريقه الى المصلى من المسبحين والمكبرين تعبيرا عن فرحته بالعيد، ويستحب الانتظار فى المصلى حتى ينتهى الخطيب من خطبة العيد.

رابعا: بعد انتهاء صلاة العيد نذهب الى والدينا ونسلم عليهما وكذلك على اخواتنا وندعو لهم جميعا بالسعادة والهدى والايمان.

خامسا: لا ننسى زيارة اقاربنا، فالاقربون أولى بالمعروف.. وبعد ذلك بامكاننا أن نمرح معا فى حديقة عامة ونلعب الالعاب المختلفة ونتبادل الاحاديث الطيبة.

ونستمتع بالطبيعة الجميلة التى خلقها الله لنا.. فالاسلام دين الجمال والكمال ومما يدل على اباحة اللهو البرىء واللعب ما روته السيدة عائشة رضى الله عنها اذا قالت: أمزامير الشيطان فى بيت رسول الله؟ فقال رسول الله ﷺ : يا أبا بكر: ان لكل قوم عيدا وهذا عيدنا، لتعلم اليهود أن فى دينا فسحة وأنى بعثت بحنيفية سمحة».

وبعد .. أصدقائى الاعزاء.. ابتهجوا واسعدوا وافرحوا بالعيد واستمتعوا بوقتكم، واسأل الله أن يجعل أيامنا كلها سعيدة وأن يسعد كل الاطفال المسلمين فى كل مكان، وألا يوجد طفل واحد حزين بيننا.



نجوم الصحابة



عكرمة الفياض جابر عثرات الكرام

كان خزيمة بن بشر رجلا مشهورا بالكرم والمروءة وكان يقف بجوار الاصحاب والاصدقاء فى وقت الحاجة.وظل على هذا الحال الى أن حدثت له ظروف صار بسببها فقيرا معدما لا يجد المال الكافى الذى ينفقه على نفسه وأهل بيته فلجأ الى هؤلاء الاصدقاء كى يعينوه على محنته واذا بمن كان يتصدق عليهم فى رخائه يتهربون منه فى وقت شدته وينكرون معرفتهم به، فرجع الى زوجته حزينا مطرقا بسبب صدمته الشديدة فى أصحاب الامس فعزم على أن يغلق على نفسه باب بيته ولا يخرج الى الناس حتى يجد من عسره يسرا أو حتى يحكم الله له وذات يوم سأل عكرمة الفياض (وكان واليا على الجزيرة) سأل عن خزيمة جماعة من الناس فقصوا عليه ما حدث له من فقر وما كان من لجوئه الى اصدقائه الذين تهربوا منه ولم يعينوه فانكر عكرمة الفياض على هؤلاء الاصدقاء فعلهم وساءة ما حدث لصاحب المروءة والكرم خزيمة ابن بشر ، وفى الليل وضع عكرمة الفياض أربعة آلاف دينار فى كيس وخرج سرا حتى لا يعلم بأمره أحد، طرق عكرمة باب خزيمة فى الظلام وعندما فتح خزيمة الباب وضع عكرمة الكيس فى يده وهم بالانصراف، لكن خزيمة قال له: لن اخذ هذا المال حتى اعرف من أنت وإلا فلا حاجة لى بمالك! ولما رآه عكرمة مصمما على معرفته قال : أنا جابر عثرات الكرام!

أخذ خزيمة المال واعطى لمن له عليه مال حقه فسدد بذلك كل ديونه واصلح خزيمة من شأنه وشأن أهل بيته وكثر المال فى يده. رحل خزيمة الى فلسطين لزيارة سليمان بن عبدالملك خليفة المسلمين، فاستقبله سليمان بن عبدالملك بالترحاب وقال له: ما الذى آخرك عن زيارتنا يا خزيمة؟ فقال خزيمة: أخرنى سوء الحال يا أمير المؤمنين؟ وقص عليه القصة فقال سليمان: لقد تلهفت على معرفة من هو جابر عثرات الكرام هذا؟ فلو عرفناه لكافأناه على شهامته ومروءته. وأمر سليمان بن عبدالملك أن يكون خزيمة واليا على الجزيرة بدلا من عكرمة الفياض. فخرج خزيمة عائدا للجزيرة ودخل دار الإمارة فوجد فيها عكرمة الفياض فأمر بحبسه بعد أن حاسبه وعجز عن أداء ما عليه من نقص فى بيت المال. ودخل عكرمة الفياض السجن مكبلا بالحديد وهو حزين يكاد يهلك من البكاء والحزن وظل فى السجن شهرا. وعلمت زوجته بما حدث لزوجها على يد خزيمة فأرسلت خادمة لها وقالت لها : اذهبى إلى خزيمة وقولى له ما كان هذا يليق بجابر عثرات الكرام منك كافأته بالحبس والضيق والحديد ،ففعلت الخادمة ما أمرتها به سيدتها فلما سمع خزيمة قولها أسرع إلى عكرمة الفياض لكى يفك أسره وقيوده ويعتذر له. وأمر خزيمة السجان أن يفك الحديد من رجل عكرمة وأن يضعه فى رجله جزاء ما صنعه بجابر عثرات الكرام لكن عكرمة اقسم عليه بالله ألا يفعل . وفى دار خزيمة قام خزيمة على خدمة عكرمة بنفسه وألبسه أفضل الثياب التى كانت عنده وأعطاه مالا كثيرا وظل يطلب منه مسامحته والعفو عنه وطلب خزيمة من عكرمة أن يذهب معه إلى سليمان بن عبد الملك وأخبره بأنه عثر على جابر عثرات الكرام فأمر سليمان لعكرمة بعشرة آلاف دينار . ثم جعله اميرا على كل من الجزيرة وأرمينيا وأذربيجان وقال له : أمر خزيمة بيدك إن شئت عزلته ! فقال عكرمة : بل أبقيه فى عمله ياأمير المؤمنين فهو أخى وصديقى وانصرف الأميران وظلا فى منصبهما طوال فترة سليمان بن عبد الملك.



فضل الحب فى الله والحث عليه

قال الله تعالى :

﴿ محمد رسول الله والذين معه أشداء على الكفار رحماء بينهم﴾ إلى آخر السورة وقال تعالى :﴿والذين تبوؤوا الدار والإيمان من قبلهم يحبون من هاجر إليهم﴾

عن أنس ﷺ عن النبى ﷺ قال : «ثلاث من كن فيه وجد بهن حلاوة الإيمان : أن يكون الله ورسوله أحب إليه مما سواهما ، وأن يحب المرء لا يحبه إلا لله ، وأن يكره أن يعود فى الكفر بعد أن أنقذه الله منه كما يكره أن يقذف فى النار »

وعنه قال : قال رسول الله ﷺ: « والذى نفسى بيده ، لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا ولا تؤمنوا حتى تحابوا . أولا أدلكم على شئ إذا فعلتموه تحاببتم ؟ أفشوا السلام بينكم »

عنه قال : قال رسول الله ﷺ : «إن الله تعالى يقول يوم القيامة : أين المتحابون بجلالى ؟ اليوم أظلهم فى ظلى يوم لا ظل إلا ظلى »

عن معاذ ﷺ قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : « قال الله عز وجل : المتحابون فى جلالى لهم منابر من نور ، يغبطهم النبيون والشهداء»

عن معاذ ﷺ أن رسول الله ﷺ أخذ بيده ، وقال «يا معاذ ، والله إنى لأحبك ، ثم أوصيك يا معاذ : لا تدعن فى دبر كل صلاة تقول : اللهم أعنى على ذكرك وشكرك وحس عبادتك »

عن أنس ﷺ أن رجلاً كان عند النبى ﷺ فمر رجل به فقال : يا رسول الله ، إنى لأحب هذا . فقال له النبى ﷺ: «أأعلمته؟» قال : لا ، قال : «أعلمه» ، فلحقه فقال : إنى أحبك فى الله . فقال أحبك الله الذى أحببتنى له .

السيدة رقية بنت الرسول ﷺ

السيدة رقية هى ثانى بنات الرسول صلى الله عليه وسلم من زوجته السيدة خديجة.. وقد بايعت الرسول صلى الله عليه وسلم هى واخواتها على الاسلام منذ دعاهن. وقد نشأت فى أسرة عريقة فى الحسب والنسب والدين..

تزوجها عثمان بن عفان رضى الله عنه.. وعثمان بن عفان هو أحد العشرة المبشرين بالجنة ويدعى بذى النورين وقد مات الرسول صلى الله عليه وسلم وهو عنه راض، ضرب عثمان بن عفان أروع المثل على الانفاق فى سبيل الله فقد كان تاجرا غنيا يجود بماله على الفقراء والمسلمين، وقد جهز جيشا بأكمله على نفقته الخاصة ليحارب فى سبيل الله، وقد قال عنه الرسول صلى الله عليه وسلم بعد تبرعه «ما ضر عثمان ما عمل بعد اليوم».

أسلم عثمان بن عفان مع أوائل من أسلموا وهاجر مع زوجته الهجرتين، وهو المثل المشهور فى العطاء والحياء وقال فيه رسول الله صلى الله عليه وسلم «ألا أستحى من رجل تستحى من الملائكة».

كانت السيدة رقية زوجة لعتبة بن أبى لهب، وذلك قبل رسالة الرسول صلى الله عليه وسلم ولكن بعد دعوة النبى صلى الله عليه وسلم الى عبادة الله وحده ظهرت عداوة الكفار والمشركين وكان من أبرز الكفار الذين وقفوا ضد محمد صلى الله عليه وسلم وضد دعوته عمه أبولهب حتى أنزل الله فيه قرآنا يتلى الى يوم القيامة قال: «تبت يدا أبى لهب وتب، ما أغنى عنه ماله وما كسب، سيصلى نارا ذات لهب، وامرأته حمالة الحطب، فى جيدها حبل من مسد».

إذن فقد أسرف أبولهب وزوجته فى ايذاء الرسول صلى الله عليه وسلم فأنزل الله هذه السورة التى يتوعد فيها أبا لهب وزوجته بأشد العذاب فى الدنيا والآخرة، وعندئذ أمر أبولهب ابنة عتبة أن يفارق رقية بنت محمد صلى الله عليه وسلم، وتزوج عثمان بن عفان رضى الله عنه من السيدة رقية.





عرف الناس الاحتفال بالاعياد منذ القدم، فقد كان لكل أمة عيد يفرحون فيه ويلعبون ويتبادلون الهدايا والزيارات ويهنىء الناس بعضهم بعضا بهذا اليوم السعيد.. وكانت مظاهر الاحتفال بهذا اليوم تختلف من شعب إلى آخر، فقد كان الباعث على هذا الاحتفال وهذا التجمع مجرد الترفية وادخال البهجة على النفوس، كما كان الناس يرتاحون فى هذا اليوم من عناء العمل طوال العام.. ولم تكن تخلو الاحتفالات بالاعياد عند هذه الامم والشعوب. من بعض المشاكل فكثيرا ما كان ينتهى الاحتفال بالشجار والصراع لاتفه الاسباب، كما كان الناس يرتكبون الكثير من الاشياء التى حرمها الله.

العيد فى الإسلام

وعندما جاء الاسلام، وانتشر ضياؤه فى كل مكان، وضع للناس منهجاً متكاملا علمهم



فيه كيف يعيشون وكيف يصومون، وكيف يحتفلون بالعيد؟

وهذا المنهج الذى جاء به الاسلام، وأمر الناس باتباعه، كان الغرض منه التيسير على الناس، توضيح الطريق المستقيم حتى لا يقعوا فى نفس الاخطاء التى وقعت فيها سائر الشعوب.

فعن أنس رضى الله عنه قال: قدم رسول الله ﷺ المدينة فوجد للانصار يومين يلعبون فيهما، فقال: ما هذان اليومان؟ قالوا يومان كنا نلعب فيهما فى الجاهلية، فقال: قد ابدلكم الله بهما خيرا منهما: يوم الاضحى ويوم الفطر.

عيد السعادة

ومن حق المسلم أن يستمتع بالطيبات التى خلقها الله «قل من حرم زينة الله التى اخرج لعباده والطيبات من الرزق».

والمسلم بطبعه يميل الى السعادة والبهجة والتفاؤل، لانه يسير على نهج الله، ويعيش فى سلام وسكينة ورضا.

ويستمتع كالآخرين بل تزيد متعته عنهم، فقد روى عن السيدة عائشة رضى الله تعالى عنها قالت: ما تمتع الفجار بشىء الا وتمتع به الابرار، وزادوا عليه تقوى الله.. فالكافر يستمتع بالاكل والشرب، ولا يهمه من أين حصل على المال الذى اشترى به الطعام، بينما المسلم لا يضع فى جوفه الا ما كان حلالا طيبا.



سر هذه السعادة

وعيد الفطر، يأتى بعد انتهاء شهر الخير والمغفرة والرحمة، فيفرح فيه المسلم لان الله قد أمره بالصيام فلبى، ودله على الخير فلم يتأخر، ومنحه فرصا للتوبة والرجوع اليه، فسعى اليها واسرع الخطا، ولذلك فهو يفرح فى هذا العيد ويبتهج، وكيف لا يفعل ذلك وهو يحفظ قول رسول الله ﷺ «للصائم فرحتان فرحة عند افطاره، وفرحة عند لقاء ربه» فالمسلم لا يفرح لان الله وفقه فى هذا الشهر الكريم فصام وصلى وقام الليل وقرأ القرآن، كما أنه يفرح لان اجر الصوم عند الله عظيم.

الله أكبر كبيرا

واذا كان بعض الناس يتحررون من القيود فى احتفالاتهم بالعيد فان الاحتفال بالعيد فى الإسلام له آداب جليلة، تجعل هذا العيد يمر بسلام وسكينة فالعيد فى الاسلام يبدأ باستطلاع رؤية الهلال، واذا ثبتت الرؤية، هلل الناس وكبروا، وقالوا فى نفس واحد: الله أكبر.. الله أكبر.. الله أكبر.. الله أكبر ولله الحمد، الله أكبر كبيرا، والحمد لله كثيرا، وسبحانه الله بكرة وأصيلا.. لا إله إلا الله وحده، صدق وعده ونصر عبده واعز جنده وهزم الاحزاب وحده.. لا إله إلا الله، ولا نعبد إلا اياه مخلصون له الدين ولو كره الكافرون.

حتى الطبيعة سعيدة بالعيد

ويشعر المسلم فى هذه الاثناء أن الطبيعة من حوله تشاركه فرحته وتهلل معه وتكبر الله، ولكنها تسبح الله بلغة لا يسمعها انسان وان كان يحس بها ويشعر بها، قال تعالى «وان من شىء إلا يسبح بحمده ولكن لا تفقهون تسبحهم» فالطير الذى يتراقص على غصن الشجر والهواء الذى تتمايل معه النباتات وذرات الغبار، والجماد الساكن فى مكانه، وكل شىء من حولنا يبتهج بهذا اليوم وتغمره السعادة والفرحة والمسلم الصادق يشعر بهذه المشاركة فتزداد فرحته ويزداد يقينه وايمانه بالله.


البحث عن وظيفة


مغامرات بندق


بابا!!!
بابا!!!..
؟


أنظر يابابا
هاه ؟ جميل.. جميل
تاب تاب تاب


جميل ؟!. ليس هذا هو الرد الذى كنت أتوقع أن اسمعه من حضرتك يابابا؟


هذه أول مرة أحصل فيها على درجات عالية فى جميع المواد يابابا!
شاطر


بندق، تعال هنا ولاتضايق أباك أكثر من ذالك!
؟


ماذا أصاب بابا ياماما؟
انه يعانى من بعض المشاكل فى العمل..


لقد أخبره المدير اليوم بأنه مضطر للاستغناء عن بعض العاملين والموظفين لديه لأنه على وشك الافلاس


يعنى إيه ياماما؟
يعنى أنه لن يستطيع ان يعطى العمال عنده مرتباتهم!


وهل هذا شىء خطير؟
طبعاً خطير!
عادة تبدأ الأمور هكذا ثم تزداد سوءاً شيئاً فشيئاً


يعنى إيه ياجدو؟
بما انه لن يوجد مرتبات يعنى لن توجد نقود لشراء الطعام والملابس وكل شىء

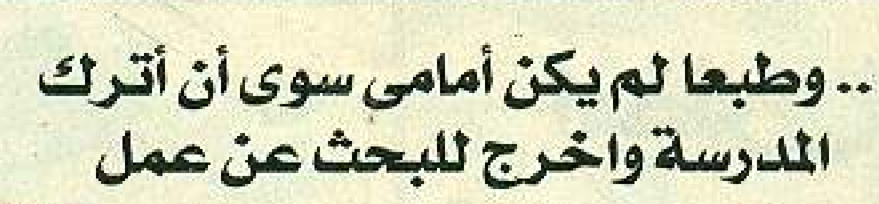






البحث عن وظيفة




















البحث عن وظيفة


مغامرات بندق

هذا الولد دائماً يسبب لى المشاكل!

بابا، سأذهب لاشترى بعض مستلزمات المنزل..
حسناً


كليينج كليينج
صباح الخير
صباح الخير ياسيدتى

رغيفان كبيران من الفينو بعد اذنك
تحت أمرك ياسيدتى

اخبرينى ياسيدتى.. هل مازال ابنك بندق مصمم ان ينفذ ما يدور برأسه؟
؟!

هاااه؟،، ماذا تقصد بكلامك؟
هاااه؟.. يبدو ياسيدتى انه ليس عندك علم بالموضوع؟

مخبوزات الامانة
مخبوزات. حلويات

دريييييينج
صباح الخير
صباح الخير ياسيدتى





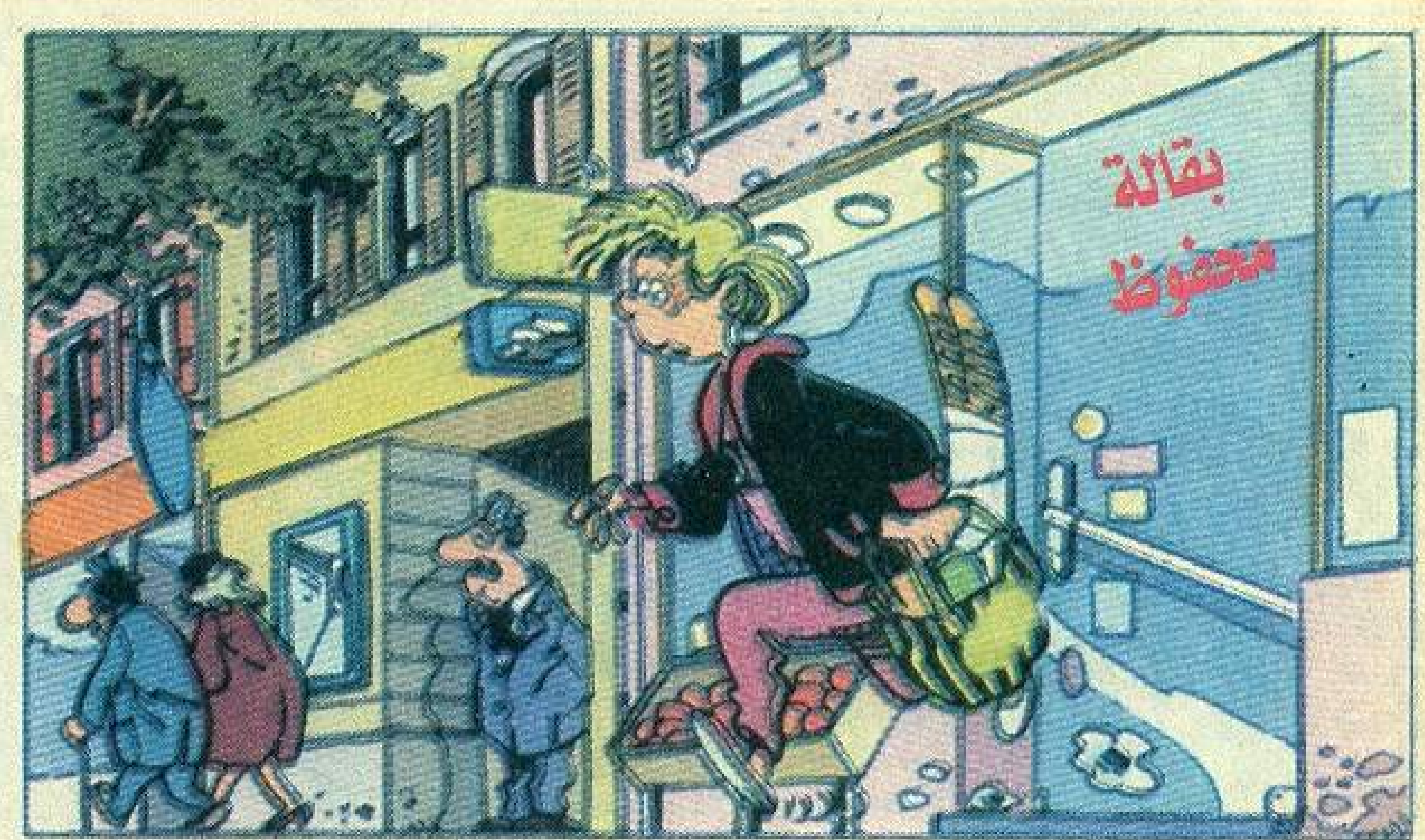


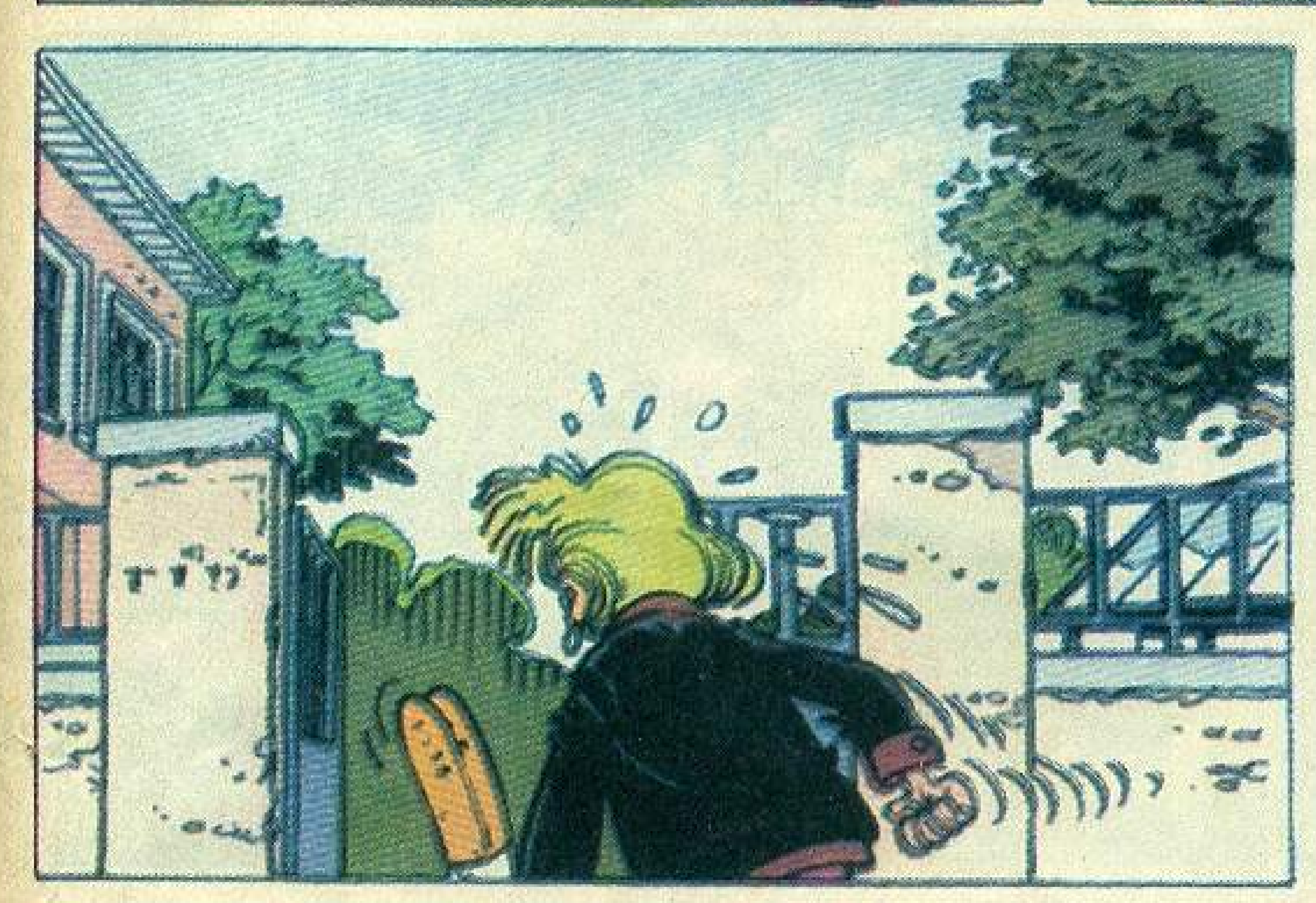
البحث عن وظيفة



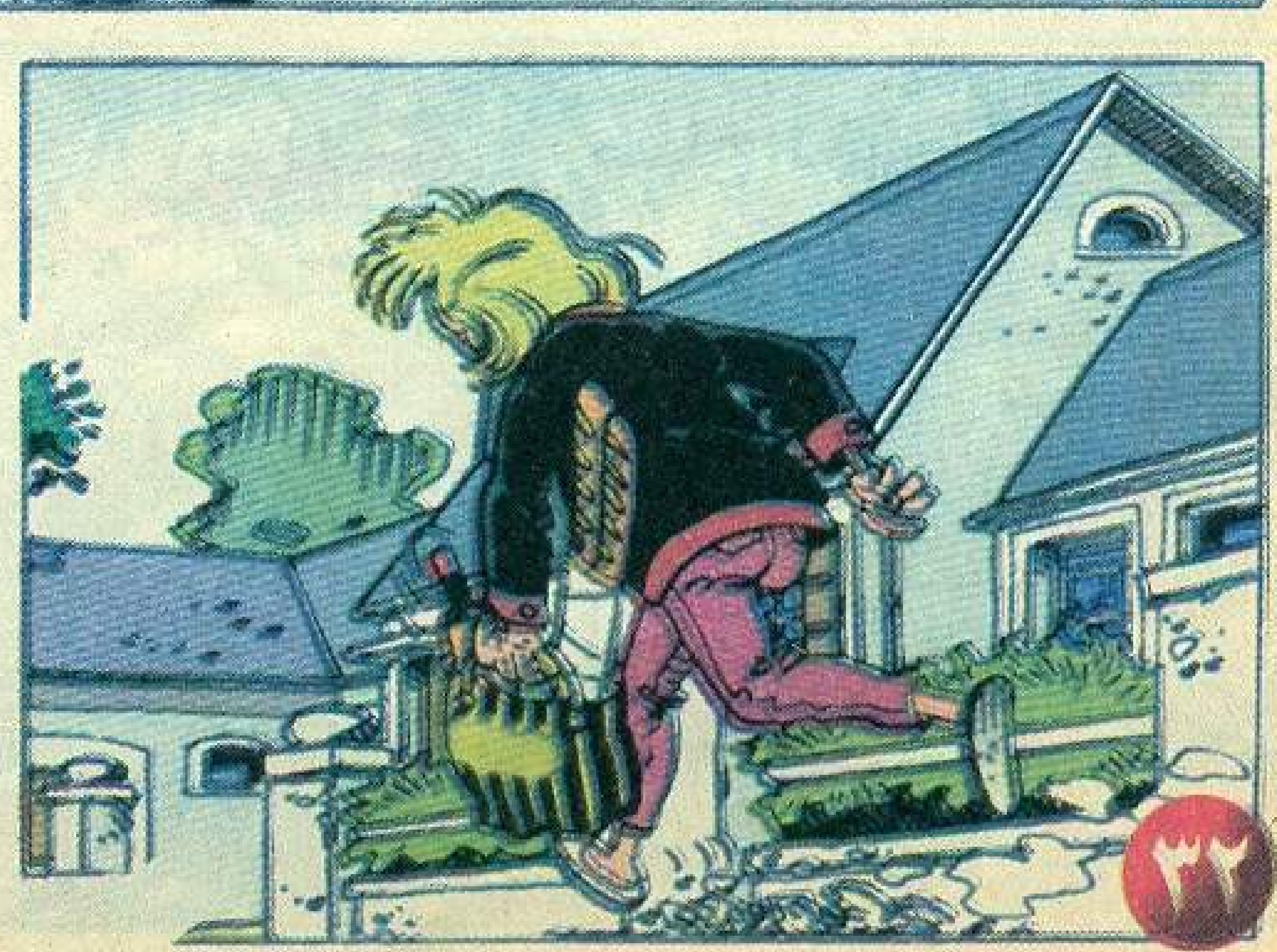












البحث عن وظيفة



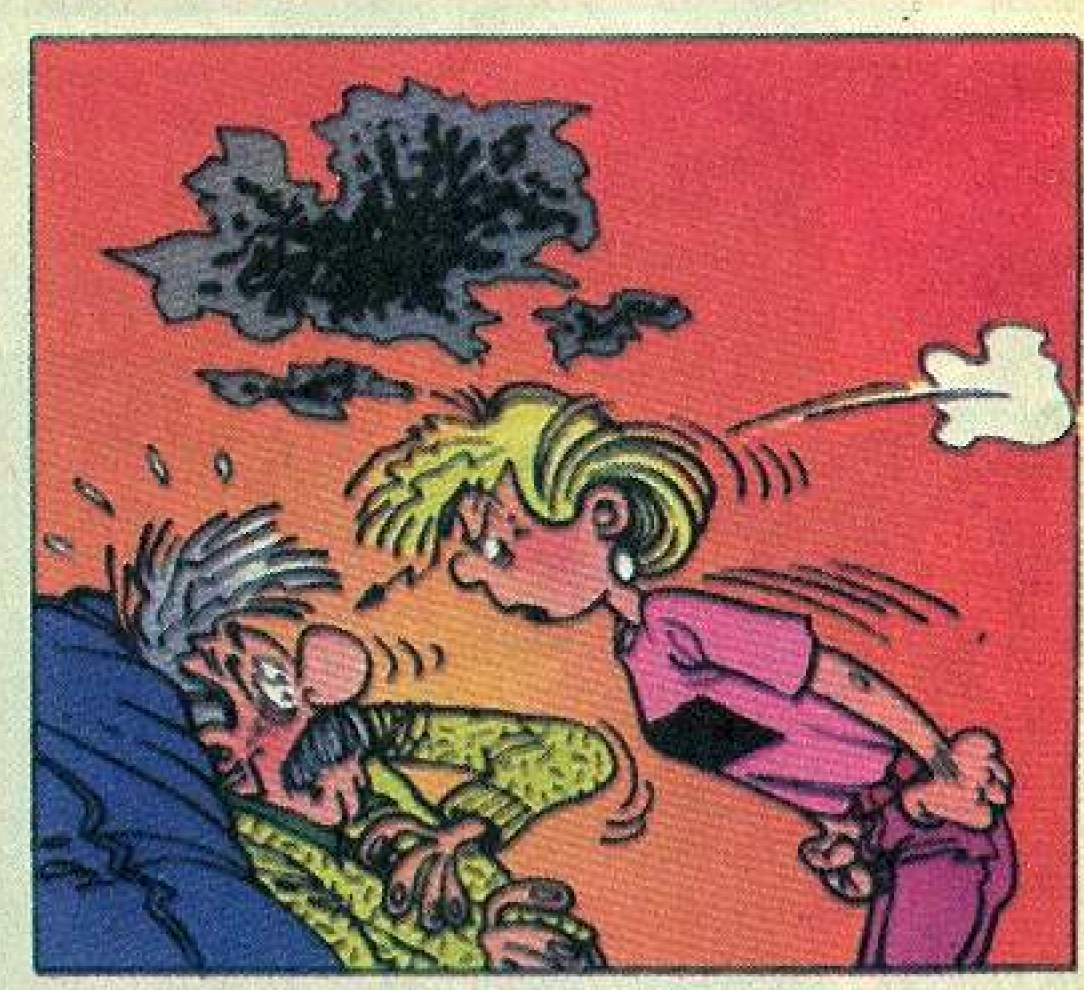

مغامرات بندق


ما الذى قلته لبندق مساء أول أمس؟
انا؟ ايه.. لم أقل شيئاً


حاول ان تتذكر يابابا
إيه. ايه.. تذكرت كنت احدثه عن أيام زمان عندما اضطررت لترك مدرستى والبحث عن عمل لمساعدة والدى فى نفقات المنزل


طاخ
ولكن لماذا تسألين؟!


وبعد قليل
هل فهمت الآن؟
هأ هأ هأ هأ هأ هىء هىء هأ هأ.. ان ابنك دائما يجعلنى اضحك من كل قلبى



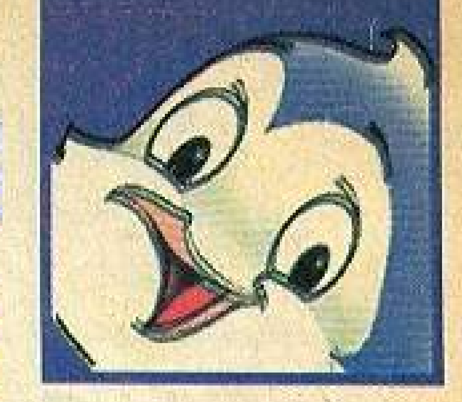

وماذا أدرانى أنا بأنه كان سيتصرف بهذا الشكل؟
ياترى اين هو الان؟


لقد ذهب الى كل المحلات الموجودة هنا.. وذهب ايضا الى مكتب البريد


بابا، من فضلك ساعدنى.. قل لى أين كنت ستذهب لتطلب عملا لو كنت مكانه
عندما كنت فى سنه بحثت كثيرا حتى ..


انتهى بى الحال كعامل فى السكة الحديد
السكة الحديد تجرى عليها قطارات تعمل بالكهرباء وليس بالفحم

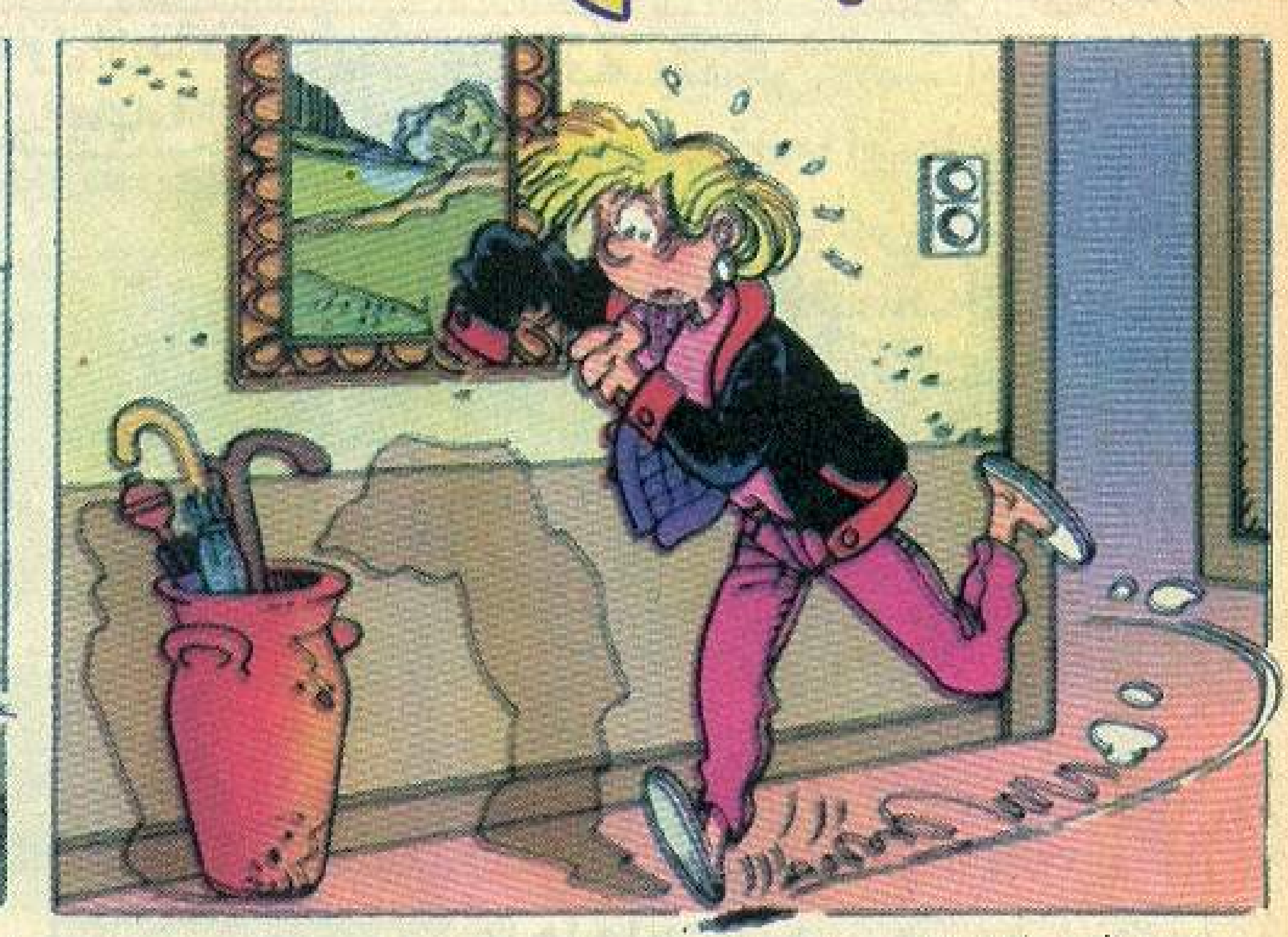

اذن فربما ذهب الى المحطة نفسها












فيما بعد










فيما بعد





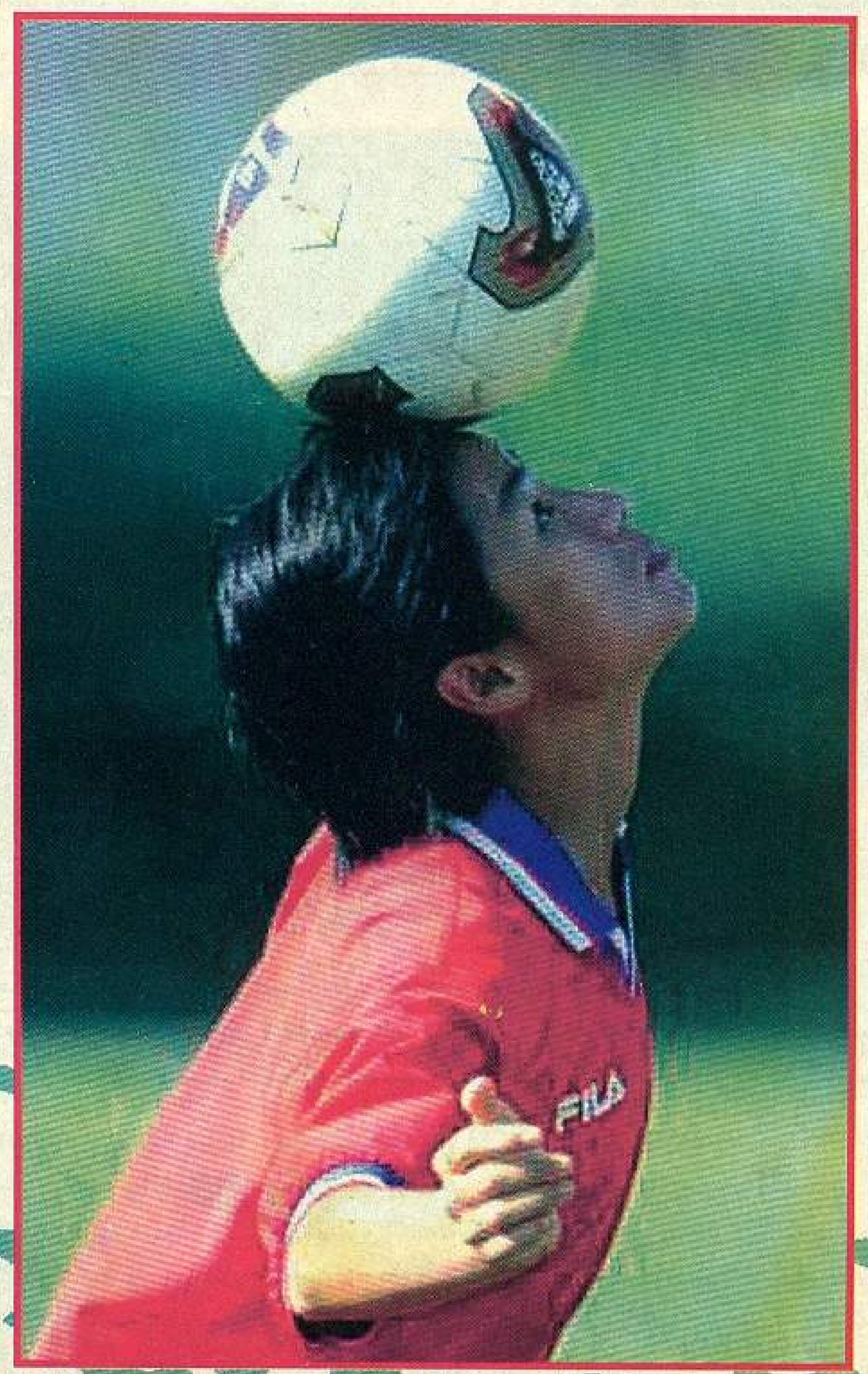
تمت



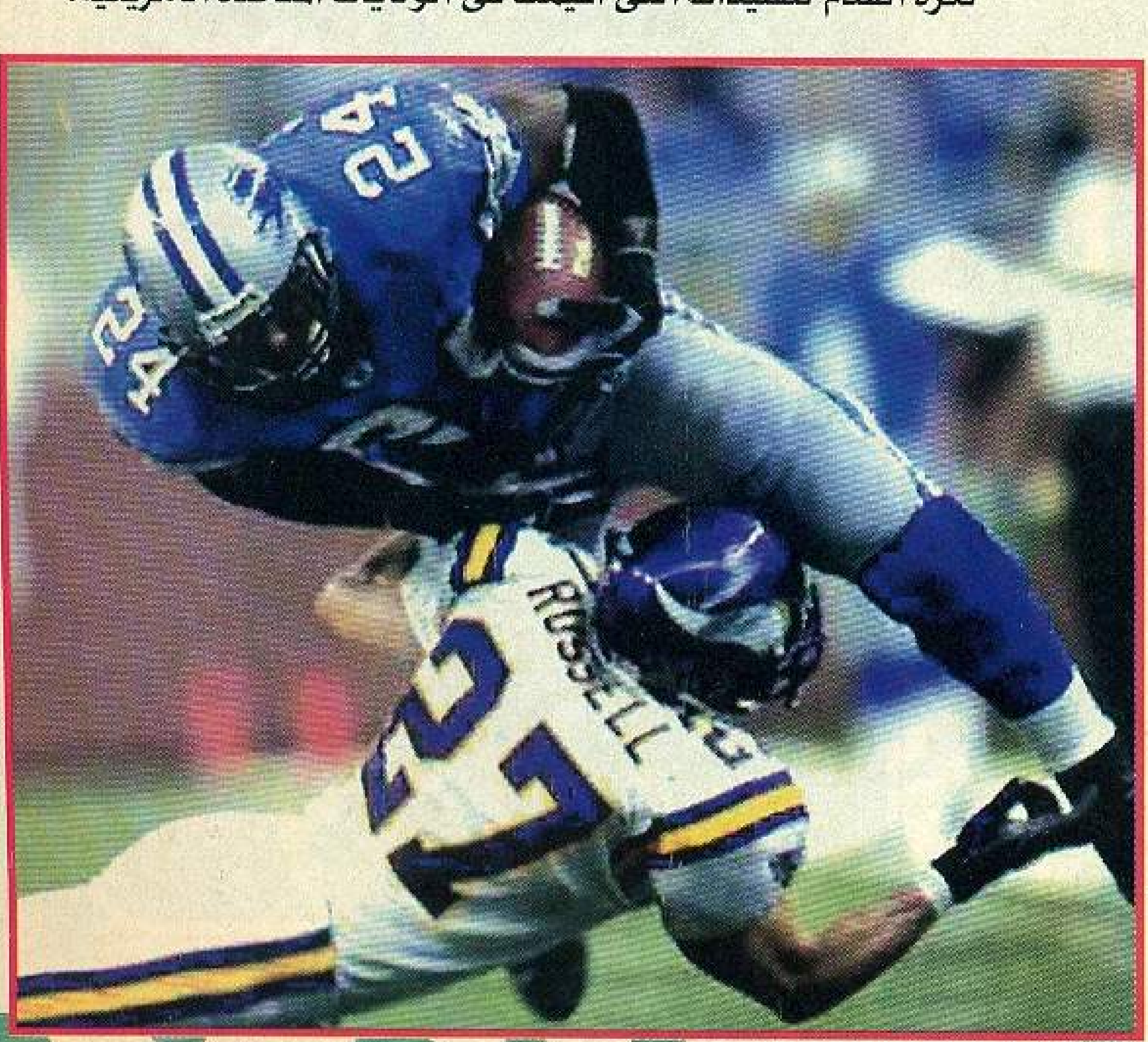


• روكى تميمة حظ «فسوخة» فريق كرة السلة الامريكى دنيفر ناجيتس يؤدى بعض الحركات الراقصة أمام الجمهور الصينى فى شنغهاى فى احتفال مشترك يشهد بداية موسم كرة السلة الامريكى NBA ويضم الاحتفال كل نشاطات هذه الرياضة مع معارض يشارك فيها المعجبين وأسرهم.

• لاعبة كرة القدم الروسية ايلينا فومينا التى ترتدى الفانلة رقم ١٣ تحمل زميلتها ناتالى بارباتشينا تعبيرا عن فرحتها بعد أن احرزت فومينا هدفاً فى مرمى فريق استراليا فى إحدى مباريات كأس العالم لكرة القدم للسيدات التى اقيمت فى الولايات المتحدة الامريكية.



• رى هيانج اوك من فريق كوريا الشمالية الوطنى لكرة القدم توازن الكرة على جبهتها أثناء تدريبات الفريق على ملعب جامعة دويكسيل فى ولاية فيلادلفيا الامريكية.



• فريق ديترويت لايونز الامريكى لكرة الرجبى العنيفة فى صراع على الكرة. وفى الصورة نجح بريان راسل لاعب دفاع فريق مينيسوتا فاياكنجز فى اسقاط لاعب ديترويت شون برايسون على الارض وعرقل تقدمه . المباراة انتهت بفوز فريق مينيسوتا على فريق ديترويت ١٣/٢٣

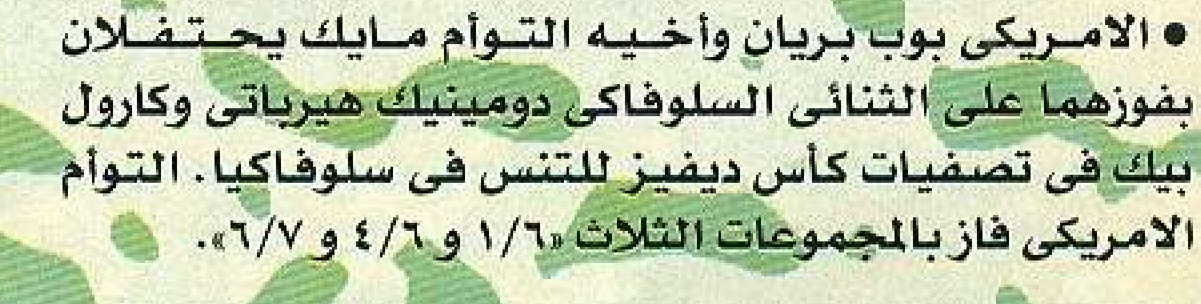


• كيم دور هون «على يمين الصورة» لاعب فريق كوريا الجنوبية الوطنى لكرة القدم فى محاولة للحصول على الكرة من لاعب فريق فيتنام الوطنى فونهوثان فى مباراة اقيمت ضمن التصفيات المؤهلة لكأس آسيا لعام ٢٠٠٤ المباراة اقيمت فى ستاد اينشيون الواقعة غرب العاصمة سيول فى كوريا الجنوبية.

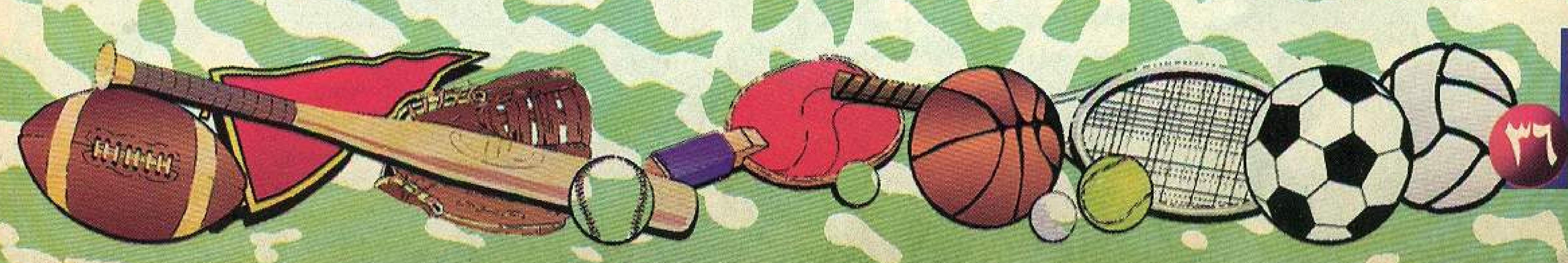
• ظل لاعب التنس السويسرى روجر فيدرر واضح من انعكاس ضوء الشمس وهو يرد كرة امامية بمضربه أثناء مباراة قبل النهائى ضد الاسترالى لينون هيويت فى تصفيات كأس ديفيز فى ميلبورن باستراليا. هيويت فاز بالمباراة.



• كساندرا كيل حارسة مرمى فريق استراليا الوطنى لكرة القدم تتصدى لكرة كادت تدخل المرمى وزميلتها ديان الاجيتشى رقم ٤ تفسح لها المجال. وذلك فى الشوط الثانى من مباراة الفريق الوطنى الاسترالى ضد نظيره الصينى. المباراة اقيمت فى ولاية كاليفورنيا الامريكية.



• الامريكى بوب بريان وأخيه التوأم مايك يحتفلان بفوزهما على الثنائى السلوفاكى دومينيك هيرباتى وكارول بيك فى تصفيات كأس ديفيز للتنس فى سلوفاكيا. التوأم الامريكى فاز بالمجموعات الثلاث «٦/١ و ٦/٤ و ٧/٦».





الحزام الأسود لحسين الشنديدى والحزام الأحمر لشقيقه عمر

وسط صالة التايكوندو تألق موهوب جديد يصعد درجات سلم النجومية بسرعة الصاروخ هو الموهوب حسين طارق الشنديدى الذى لم يتعد عمره الـ ١٠ سنوات ورغم ذلك تفوق ونجح فى تحقيق انجاز فريد وهو الفوز بدرجة الحزام الأسود (١ دان) ليصبح من أصغر لاعبى مصر الذين حققوا هذه الدرجة وهو ما جعل اتحاد التايكوندو برئاسة اللواء أحمد الفولى يقوم بأهدائه شهادة تقدير تكريما لنبوغه المبكر والذى يعود الفضل به الى اهتمام أسرته والتدريب الفنى المتميز من مدربه الكابتن شادى الشريف مدرب الأبطال الذى نجح فى ثقل موهبة حسين طارق الشنديدى وجعله فى مقدمة أبطال التايكوندو فى مصر داخل نادى هليوبوليس الرياضى.. حسين متفوق دراسيا أيضا ويجيد تنظيم الوقت بين الرياضة والدراسة ويهوى السباحة وركوب الخيل ويمارسهما ويتمنى أن يكون ضابط شرطة



عمر طارق الشنديدى موهبة رياضية تستحق الرعاية والاهتمام خاصة لتفوقه ونبوغه المبكر فى رياضة التايكوندو الصعبة ونجاحه بسرعة فى حصد درجات الأحزمة المختلفة حتى وصل الى درجة الحزام الأحمر (١) وهى درجة كبيرة مقارنة بسنه الذى لم يتعد الـ ٨ سنوات.

عمر طارق الشنديدى عرف طريق صالة التايكوندو وعمره ٤ سنوات فقط وبسرعة تألق على البساط تحت اشراف المدرب المتميز شادى الشريف وأصبح مثار اعجاب جميع خبراء اللعبة والجهاز الفنى وقيادات نادى هليوبوليس ويتوقع له مدربه أن يصبح بطلا دوليا متميزا لقدراته العالية واطاعته للتعليمات.. ومن هوايات عمر عشقه لكرة القدم وركوب الخيل ويتمنى أن يكون طبيبا.



٨ ميداليات لجلال الحسينى فى كرة السرعة



جلال توفيق الحسينى.. تذكروا هذا الاسم جيدا فهو مشروع بطل عالمى جديد فى رياضة كرة السرعة يصعد درجات سلم النجومية بسرعة الصاروخ داخل ملاعب نادى الزهور على يد المدربين عبدالرحمن عوف وحامد على سالم.. بدأ جلال عالم الرياضة وعمره ٨ سنوات برياضات الجودو والاسكواش ولكن اجتذبته كرة السرعة وعمره ١٣ عاما بعد ترشيح من الأسرة التى تقف ورائه وتدعمه وبعد ٣ شهور فقط من التدريبات شارك فى بطولة الجمهورية وأحرز المركز الثامن لينطلق الى عالم البطولات ليحصد ٨ ميداليات لمراحل ١٢ و١٤ و١٦ سنة لبطولات القاهرة والجمهورية والاتحاد والمناطق.

جلال توفيق الحسينى متفوق دراسيا وكرم أكثر من مرة من ادارة مدارس طيبة المتكاملة ويلقى حب ورعاية الدكتور صديق عفيفى رئيس المدارس والأستاذة معزز الزيوانى مديرة المدرسة والمدرسين عصام عزالرجال وأشرف عطا وخالد يونس.. كما يعتز بزملائه محمود صلاح وياسر حفنى وحسين ابراهيم حسين.. مثله الأعلى نبيل عادل أمام بطل العالم.

إعداد: عبد الرؤوف رمزى



قطقوط و خالد





حوادث بالجملة

























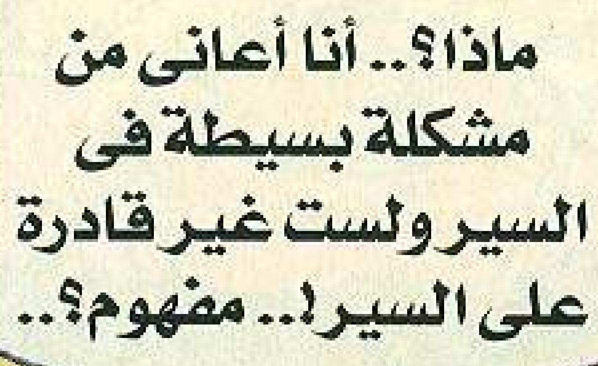


حوادث بالجملة























سأثبت لك العكازين حول ذراعيك بواسطة هذا الحزام الصغير.. ما رأيك؟
عظيييم!..


فيما بعد وفي منزل فضائية الطاهية..
أنظر يا عزيزي أستطيع أن أمسك أى شيء بدون أن أخشى أن يقع منى العكاز..
يا سلاااام!..


إنها فكرة عبقرية!


أنا حتى أستطيع أن أرفع يدى لأعلى والعكاز لا يسقط على الأرض..
إحترسى!


تشيييينج كليييينج
تشيييينج كليييينج


شلاف


آلوا!.. مركز الاسعافات؟

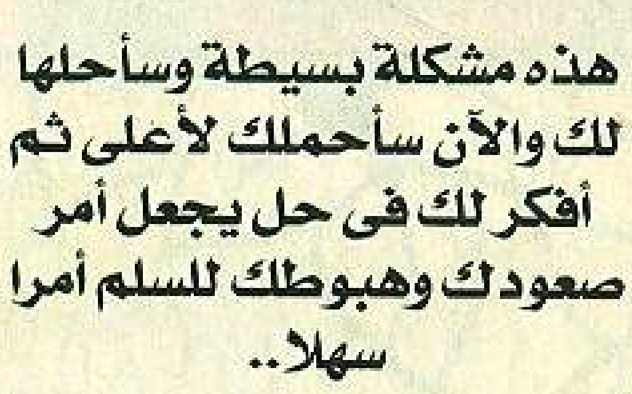

قولى لى يا عزيزتى.. لماذا لم تختارى الكرسى ذو العجل بدلا من العكازين؟..
ادفعنى وأنت صامت فأنا عندى صداع ولا أشعر برغبة للكلام!


قطقوط
وخالد




حوادث بالجملة


ها هو جواب سؤالك!.. هل تستطيع أن تخبرني كيف سأصعد السلالم وأنا أتحرك بواسطة كرسي بعجل؟!!..


هذه مشكلة بسيطة وسأحلها لك والآن سأحملك لأعلى ثم أفكر لك فى حل يجعل أمر صعودك وهبوطك للسلم أمرا سهلا..




هـ.. هه!.. يا خبر!.. يجب أن أفكر فى الحل الآن وفورا قبل أن اضطر لحملها مرة أخرى!..


وفى صباح اليوم التالى..
ما هذا الشىء يا عزيزى؟

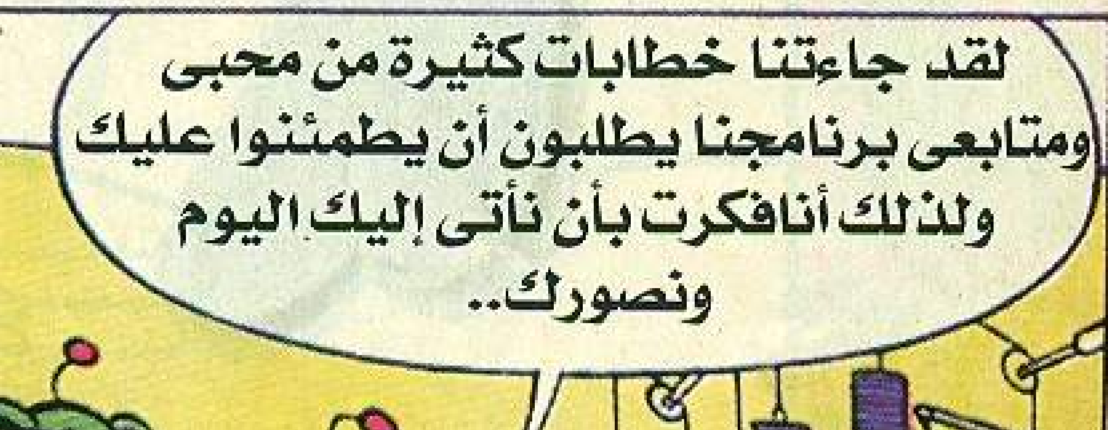

انه الحل الذى وعدتك به يا عزيزتى!.. انه الحامل الكهربائى!..


واو!.. أنت عبقرى يا عزيزى!.. الآن يمكننى أن أصعد وأهبط السلم بمفردى!..
نعم! ولكن فلتنتظرى قليلا حتى انتهى من ضبط لوحة التشغيل..


..الأمر لا يحتاج للوحة تشغيل فالأمر بسيط جدا!.. زر للصعود وزر للهبوط.. والآن سأضغط على زر الهبوط..


هااااه!.. أ.. أ..


.. ثم سأريك كيف تستخدميه..
!!!!!!
شوووووك

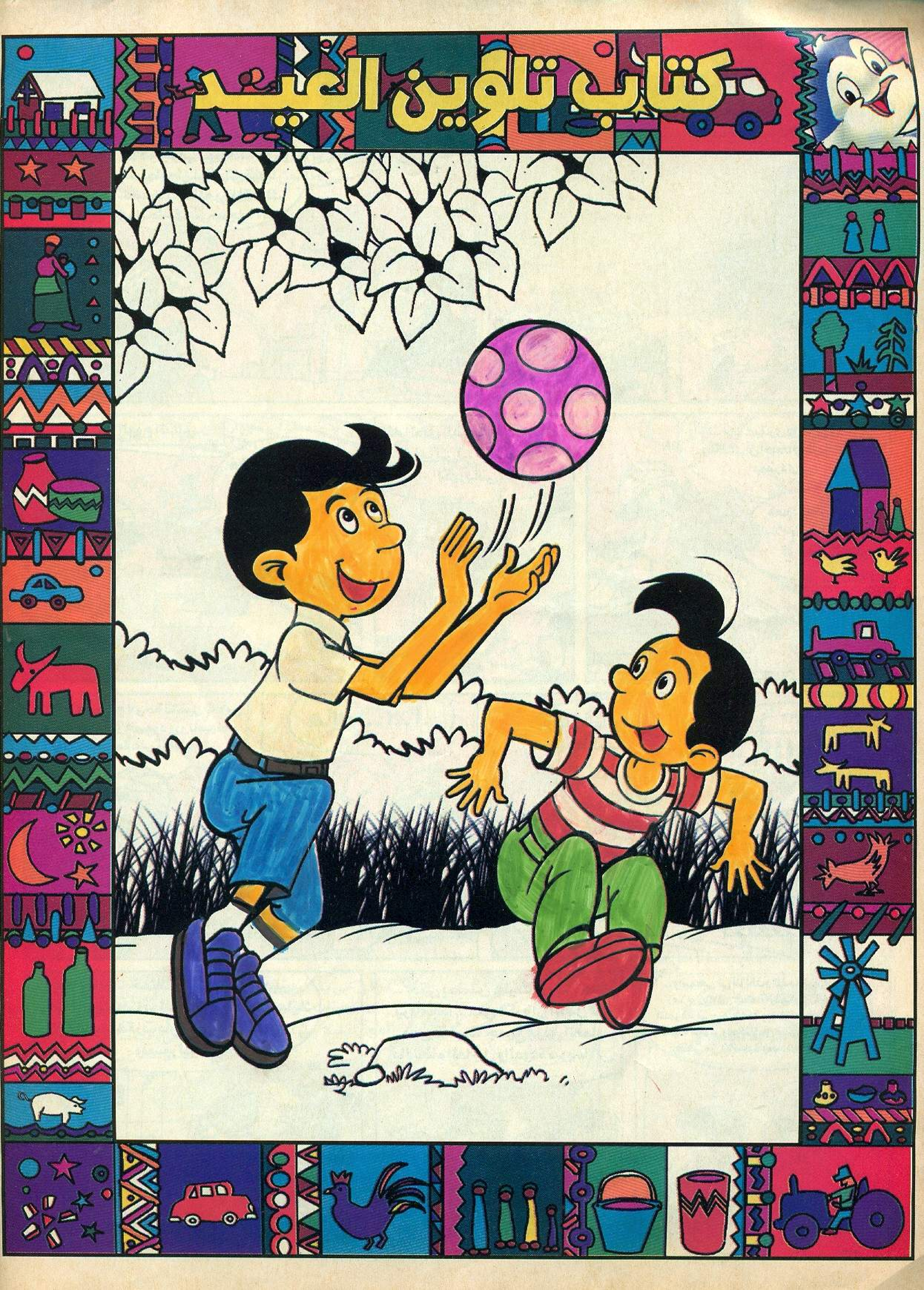


لقد جاءتنا خطابات كثيرة من محبى ومتابعى برنامجنا يطلبون أن يطمئنوا عليك ولذلك أنا فكرت بأن نأتى إليك اليوم ونصورك..


.. حتى يطمئن عليك كل مشاهدى برنامجنا.. على فكرة أن أحمل لك معى تمنيات جميع فريق العمل بالشفاء العاجل والعودة سريعا الى العمل..


.. واسمحى لى أنا أقدم لك بالنيابة عن زملائى وعنى قطعة الشيكولاتة هذه الملفوفة فى ورق شفاف وبالمناسبة هى غير قابلة للكسر ويمكنك أن تلتهميها دون أن تخافى من الاصابة بحادثة أخرى!..

تمت

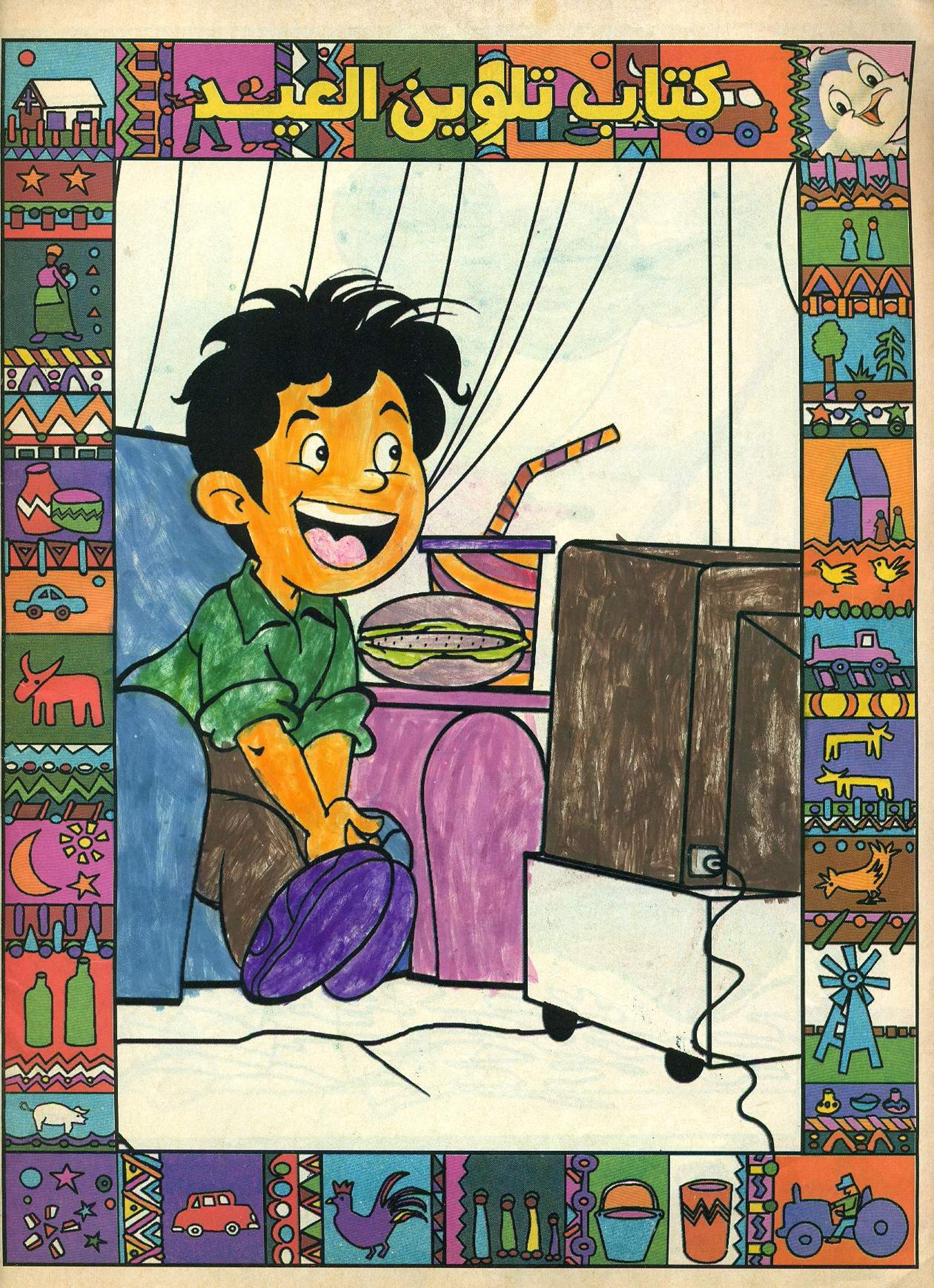

كتاب تلوين العيد



كتاب تلوين العيد


كتاب تلوين العيد


كتاب تلوين العيد


كتاب تلوين العيد


كتاب تلوين العيد


كتاب تلوين العيد



بلبل
bolbol
مجلة الأبطال

الاسم : ....

السن : .... تليفون : ....

العنوان (بخط واضح) : ....

....

المدرسة : ....

ضع صورتك هنا من فضلك

شارك معنا بالكتابة فى أحد هذه الأبواب

إعتراف

إذا أوقعتك الظروف فى خطأ ما فى أحد الأيام واستطعت تصحيحه.. فلا تخجل أن تكتبه لنا ليعرف كل أصدقائك فى بلبل مجلة الأبطال كيف نجحت فى ذلك ويستفيد الجميع من تجربتك ويتذكروك فلا يقعوا فى مثل هذا الخطأ مرة أخرى

أسرتى

أسرتك هى والدك ووالدتك وإخوتك.. الكبار والصغار وأنت تفخر أنك أحد أفراد هذه الأسرة.. ما رأيك لو سجلت اعتزازك بهذه الأسرة؟ أرسل لنا صور أفراد أسرتك ونبذة بسيطة عن كل منهم لننشرها على صفحات مجلة الأبطال وتكون هدية جميلة للجميع

حديث صحفى

لهواة الصحافة وكل من يتمنى أن يكون صحفياً فى المستقبل، ابدأ من الآن فى اجراء حوارات ومقابلات صحفية مع كل مسئول تريد أن يعرف أصدقائك فى مجلة بلبل أعماله وانجازاته

إفتح لى قلبك

اذا واجهت مشكلة عجزت عن ايجاد حل لها وتجد حرجاً فى التحدث عنها مع أحد المقربين منك.. فاقترب يا صديقى ولا تحزن فلكل مشكلة حل.. افتح قلبك وشاركنا معك فى مشكلتك.. فالمشاركة تحل أكبر المشاكل.. أكتب ما تريد أن تبوح به.. وكل أسرارك معنا فى أمان

حدث وتعليق

إذا قرأت فى الصحف أو المجلات أو شاهدت فى التليفزيون خبراً أو ظاهرة لفتت انتباهك اكتبها لنا واكتب رأيك فيها ليعرفها كل أصدقاءك فى مجلة الأبطال

مساهماتى

ساهم معنا بالمعلومات الشيقة وكل ما هو نافع ومفيد من الموضوعات المختلفة فى شتى مجالات الحياة لتشارك فى زيادة معارف أصدقائك.. أكتب ما تريد نشره فى باب مساهمات.

رسالة إلى

فى سطور قليلة اكتب ما تكنه نفسك إلى أى شخصية تحددها سواء كانت من أقاربك أو زملاءك أو أى شخصية عامة من مجتمعنا وارسلها لنا لننشرها لك على صفحات بلبل مجلة الأبطال

أختى الصغيرة

هدفنا فتاة ناضجة الشخصية تأخذ بأحدث العلوم والمعارف، وفى نفس الوقت تهتم بشئونها الخاصة، وبأسرتها وبيتها وأملنا أن تكتبى لنا مساهماتك وترسليها مع صورتك وصور صديقاتك..

شخصيات

إذا أعجبتك شخصية إنسان ما.. عاش فى الماضى أو يعيش معنا فى الحاضر وتأثرت بأعماله وانجازاته.. عرفنا بهذه الشخصية واكتب ما تريد أن تقدمه عنها ليعرفها أيضاً كل أصدقائك فى مجلة الأبطال

عيب

أنت جزء من المجتمع الكبير الذى تعيش فيه وعليك المشاركة بالقول والفعل فى أن يصبح هذا المجتمع نموذجيا فى كل شىء.. إذا وجدت سلوكا أو تصرفاً غير لائق بالمجتمع النموذجى.. اكتبه لنا واكتب رأيك فيه ليستفيد منه كل أبناء الوطن

مبروك

من خلال صفحات بلبل مجلة الأبطال أرسل بتهنئتك إلى شخص عزيز لديك يحتفل بمناسبة سعيدة ارسل لنا بصورة المناسبة والمعلومات الكافية عنها ليشاركك كل القراء فى هذه المناسبة

قسيمة المساهمات فى مجلة الأبطال





اختر واحداً من أبواب المجلة لتكتب فيه مساهماتك وتذكر أن خير الكلام ماقل ودل

اسم الباب :

الموضوع :

الاسم / السن / المحافظة :

أعجبنى فى هذا العدد

اقتراحات

إذا كنت تود الاشتراك فى هواة التعارف بين المدارس أو ترشح المدرس المثالى أو مبروك المناسبة السعيدة، املأ البيانات المطلوبة وضع الصورة معه دون أن تلصقها أو تدبسها (فقط اكتب اسمك خلفها) ثم اقطع الصفحة بأكملها وأرسلها على العنوان التالى: بلبل مجلة الأبطال - دار أخبار اليوم - ٦ شارع الصحافة - الجلاء - مصر

مبروك المناسبة السعيدة

لا تنس وضع صورة المناسبة

من الصديق :

إلى :

بمناسبة :

ترشيح المدرس المثالى

لا تنس وضع صورة المدرس المثالى

الاستاذ :

مدرس مادة :

المدرسة :

المحافظة :

على صفحات بلبل مجلة الأبطال نقدم رسالة شكر وتقدير لعلمنا نظراً لما يبذله من جهد وافر فى شرح وتبسيط العلم فهو يستحق أن يكون بحق المدرس المثالى.

من طلبة فصل :

هواة التعارف بين المدارس

لا تنس وضع صورتك

الاسم :

الصف الدراسى :

المدرسة :

المحافظة :

أتمنى أن أكون :


ضحك وفرفشة
بريشة
عمرو سليم
أسنانى كلها وقعت .. عشان أكلت كحك بسكر كثير !!
لا متشكر .. معايا كحك كثير !!
ما ليش دعوة .. أنا عايز العيدية بالدولار !!
جنيه
٥
دود إيه يا راجل اللى عايزنا نأكله فى العيد .. أمال فين الكحك ؟!!
؟
مجموعات كتب
سلاح التلميذ
2004
للصفوف الابتدائية
سلاح التلميذ
لضمان التفوق والنجاح الباهر
استعن بأقوى سلسلة كتب ظهرت حتى الآن
اللغة العربية
الرياضيات والعلوم
MATHEMATICS
الدراسات الاجتماعية
TEACHER
NEW HELLO! BOOK 2
SCIENCE

رمضان كريم

ديليفرى

للنشر: ٥٨٠٦٣٥٧ - ٥٨٠٦٣٥٥

وصفة رمضانية للافطار الصحى

من احدث أساليب تناول الطعام فى رمضان ان تقسم الوجبة الى مرحلتين الاولى بعد الاذان مباشرة وتكون عبارة عن سوائل سكرية واخرى ساخنة فالسوائل السكرية مثل الخشاف أو العصير الطازجة كالبرتقال ويعطيها الحساء الدافئ مثل شوربة الطعام أو شوربة اللحم العادية أو شوربة العدس الهاضمة ويبدأ الانسان فى الشعور بالدفء نتيجة الحصول على الطاقة هنا بالاضافة الى ان السوائل تمد الجسم بالماء الذى منع عنه لفترة طويلة.

اما الجزء الثانى من الافطار او بمعنى اصبح الوجبة الأساسية فلا يجب ان تتناولها قبل ساعة من تناول السوائل والشوربة وتحذر من تناول الشاى بالحليب قبل الوجبة الأساسية لانه يقلل من امتصاص المعادن الموجودة فى الطعام ويحرم الجسم من عنصر الحديد والزنك ويعرضه للانيميا. واهم ما يحرص عليه الصائم هو طبق السلاطة الخضراء المتكامل الذى يحتوى على الخس والبصل وقليل من الثوم والطماطم والجرجير والبقدونس والليمون لأن السلاطة تقى الجسم من الأمراض مع العلم ان الخل يفقد السلاطة الكثير من العناصر الغذائية والفيتامينات.

ويحذر من زيادة استهلاك الدهون واللحوم فى وجبة الافطار ويراعى ان تقتصر الوجبة على نوع واحد من البروتين لأن الجسم لا يحتاج سوى ١٨ جرام من البروتين الحيوانى فقط لأن الكمية الزائدة من بروتين تفقد ولا يستفيد منها الجسم وهذا مع القليل من الارز او المكرونة أو الخبز أو المحشى أو البطاطس وهذا الى جانب تناول الخضار الطازج ويفضل تناول الفاكهة الطازجة بعد وجبة الافطار وكميات قليلة من الحلويات ولا يفضل تناول وجبات ثانوية اخرى لان هذا يصيب الصائم بالتخمة نتيجة تناول طعام قبل اتمام هضم الطعام السابق هذا يؤدى لزيادة الوزن.

السحور:

ينصح بتناول وجبة السحور قبل اذان الفجر بساعتين على الاقل لانه يفضل تناول مشروبات أو شاى بالحليب أو لبن زبادى بعد السحور بساعتين ويجب ان تبتعد عن المقليات والأفضل لوجبة السحور هو الفول المضاف إليه الزيت والليمون بالاضافة إلى عصير الفاكهة خاصة عصير البرتقال ليساعد على الهضم والوقاية من نزلات البرد ويجب تناول الجبن قليل الملح والأفضل تناول الجبن القريش مع زيت الزيتون ومن المهم ايضا تناول اللبن الزبادى أو اللبن الرايب لانهما مصدر للبروتين سهل الهضم وايضا يقلل العطش ويطهر المعدة وينصح ان تحتوى الوجبة على الخضروات مثل الخس والخيار حيث تنبه الجسم للاحتفاظ بالماء لفترة طويلة وتقلل الاحساس بالعطش واذا كنت تفضل تناول البيض فاننا ننصحك بالبيض المسلوق وليس المقلى لسهولة هضمه ولا بأس من تناول العسل الاسود أو الابيض لمقاومة الشعور بالبرودة والوقاية من نزلات البرد وللوقاية من نزلات البرد عليك بتناول الجوافة أو الفلفل الأخضر أو الليمون والبرتقال أو الجزر والخضروات الورقية عموما لانها تحتوى على الفيتامينات خاصة فيتامين C.

ورمضان كريم


ARAB COMICS
عرب كوميكس
www.arabcomics.net
هذا العمل لهواة القصص المصورة و لا يهدف للربح بل هدفه توفير المتعة الأدبية لكل من يهتم بهذا الفن
الرجاء حذف هذا الملف بعد قراءته و شراء النسخة الأصلية الورقية عند توفرها في الأسواق لدعم استمرايتها